

Charismaa
Newspaper

كاريزما

الاثنين (30-1) سبتمبر 2025 العدد 91 - السنة الثامنة

الهدف بين يديك Monday - (September 1 - 30) - 2025 - Volume No. 8 - Issue No. 91

Tel.: +1 (626) 261-9969

Email: info@charismadaily.com

Editor-in-chief

Wael Loutfalla

الناشر ورئيس التحرير

وائل لطف الله

Charismaa Newspaper
P. O. Box 280572, Northridge, CA 91328 USA

www.charismadaily.com



لقاءات مشهورة بين الوزارات المصرية واتحاد المصريين بأمرىكا بقيادة السيد / رأفت صليب



من كل مكان .. مصر العنوان



انطلاقة جديدة للمصريين بالخارج ...

السيد / رأفت صليب يؤكد الحضور القوي للجالية المصرية
في مؤتمر المصريين بالخارج على أرض مصر



LAW OFFICES OF
JOHN MIKHAIL
www.lawofficejohn.com



المحامي
جون ميخائيل

نحن نتحدث العربية
الإستشارة مجانية
FREE Consultation

(310)806-1231

معكم في الأوقات الصعبة
إصابات العمل - التعويضات - حوادث السيارات

No Risk: No Attorney
Fee if No Recovery
Car Accidents



Serving all of Southern California

Notice

Making a false or fraudulent workers' compensation claim is a felony subject to up to 5 years in prison or a fine of up to \$50,000 or double the value of the fraud, whichever is greater, or by both imprisonments and fine.

St. Mary Pharmacy

Northridge

8254 White Oak Ave Northridge, CA 91325

Ph: (818) 975-8004

Chatsworth

9917 Topanga Canyon Blvd Chatsworth, CA 91311

Ph: (818) 960-4521



Dr. Beshoy Gerges



Dr. Paul Gerges

- FREE DELIVERY
- BLOOD PRESSURE SCREENING
- DIABETES MANAGEMENT
- HERBAL SUPPLEMENTS
- OVER-THE-COUNTER PRODUCTS
- IMMUNIZATIONS
- MEDICAL SUPPLIES
- COMPLETE MEDICATION REVIEW

- توصيل مجاني للمنزل
- قياس ضغط الدم
- قياس سكر الدم (التراكمي)
- المكملات الغذائية
- الأدوية التي لا تحتاج لوصفة طبية
- التطعيمات
- مستلزمات طبية
- مراجعة كاملة للأدوية

CALL US TO TRANSFER YOUR PRESCRIPTIONS
Where we deliver personalized patient care

مكتب المستشارية

جيهان توماس



Gihan Thomas

الهجرة و اللجوء

محاكم الترحيل

الإستئناف بالمحاكم الفيدرالية

جميع أنواع الفيزا الإستثمار، البيزنس و العمل

الإقامة عن طريق العائلة

Tel: +1-310-203-2242 Fax: +1-310-203-2287

Email. gihanthomaslaw@yahoo.com

Address: 930 Colorado Blvd, Unit 2, Los Angeles, CA 90041

www.gihanthomaslaw.com

موقع ثقة الجالية العربية

متخصصون في جميع خدمات الهجرة

www.charismadaily.com

Email: info@charismadaily.com
Email: infocharismaaa@gmail.com
Email: waelloutfalla@yahoo.com

Charismaaa Newspaper
P. O. Box 280572,
Northridge, CA 91328 - 0572 USA

لكل الجالية العربية بأمريكا
ثقافية - فنية - إجتماعية - سياسية - اقتصادية
رياضية - موضة - أمومة وطفولة - شباب

Tel: +1 626-261-9969

الناشر ورئيس التحرير

وانسل لطف الله

المستشار السياسي والاقتصادي

د. م. جون جندى

الإشراف على الموقع الإنجليزي

نيشين لطف الله

أزياء وموضة

د. منسى أحمد شلبي

جياكسين فايق

رياضة

كابتن / سمونيل ونيس

كابتن / هانى أيوب

فنون وديكور

سامر رياض

IT وخدمات وسائل التواصل الإجتماعى

يوسف سامر

تيتو سامر

علاقات عامة

محمد - عليا - حسن - ماريانا - ماجى

أبو الغنيم - يوسف - مجدى

كل كاتب مسؤول عن كتاباته

الخارجية: الطرح الجديد لـ «بيتك في مصر» فرصة للمصريين بالخارج

بيتك
في مصر
اختار عنوانك

#مبادرة_بيتك_في_مصر
www.beitakfemisr.com

المرحلة الثانية



فقط للمصريين في الخارج
مزايا حصرية .. مواقع متميزة
و تسهيلات لا تقارن
بأسعار تتناسب مع جميع الفئات

أكد السفير نبيل حبشى، نائب وزير الخارجية للهجرة وشؤون المصريين بالخارج، أن الطرح الجديد من مبادرة «بيتك في مصر» يمثل فرصة استثمارية للمصريين المقيمين بالخارج ويعزز روابطهم بوطنهم الأم.

وقال «حبشى»، في تصريحات صحفية، إن إطلاق الطرح الأول من المرحلة الثانية لمبادرة «بيتك في مصر»، يأتي تنفيذاً لمقررات النسخة السادسة لمؤتمر المصريين بالخارج الذى تم عقده بداية شهر أغسطس الماضى، حيث وعد المهندس شريف الشربيني، وزير الإسكان، جموع المصريين بالخارج المشاركين بالمؤتمر بالاستجابة لطلباتهم التى عبرت عنها وزارة الخارجية والهجرة وشؤون المصريين بالخارج، بإطلاق مراحل أخرى من المبادرة، على أن تتضمن وحدات سكنية كاملة التشطيب تلبى كافة شرائح ومستويات الدخل للمواطنين المصريين العاملين بالخارج.

وأوضح أنه تقرر فتح باب الحجز في وحدات الطرح الأول من المبادرة، مع تقديم عدد من التيسيرات المالية والمميزات الفريدة، مشيراً إلى تفاصيل هذا الطرح الجديد، وخطوات الحجز، والشروط الواجب توافرها للراغبين في امتلاك وحدة سكنية ضمن المبادرة، وفق ما قرره وزارة الإسكان.

وأضاف أن عدد الوحدات المطروحة 1380 وحدة، ضمن الطرح الأول من المرحلة الثانية للمبادرة، وأن موعد التقديم يستمر حتى 4 سبتمبر 2025، وأن المرحلة الثانية من المبادرة تتضمن ما يقرب من 3000 وحدة متنوعة بين السكنية، والتجارية، والإدارية.

وتابع: «يحصل المتقدمون من المصريين بالخارج على خصم 7% من إجمال ثمن الوحدة، علاوة على أنظمة سداد مرنة تمتد إلى 10 سنوات لتيسير عملية التملك للمواطنين بالخارج، بجانب مبلغ جديده الحجز يجب سداده 5000 دولار، كمقدم جديده حجز لكل وحدة سكنية.

وأوضح أنه تقرر فتح باب الحجز في وحدات الطرح

الإتحاد العام للمصريين بالخارج
بالولايات المتحدة الأمريكية



لزيارة موقعنا للتواصل والإشتراك
في العضوية وصفحات الـ Social Media



www.egyptiansunited.org



خبرة أعوام طويلة
وموضع ثقة العرب الأمريكيان
لحمايتك أنت وعائلتك
منذ عام 1992



MASHNEY
LAW OFFICES

The Law Firm to Trust

Protecting You & Your Family Since 1992

المحامى سامى بشارة المشنى



Auto accidents
Personal injury
Workers Comp

حوادث السيارات
الإصابات الشخصية
تعويضات العمال



فاعليات النسخة السادسة من مؤتمر المصريين بالخارج تحت شعار (من كل مكان... مصر العنوان) بحضور بارزو ومشاركة فاعلة لرئيس اتحاد المصريين بأمريكا السيد / رأفت صليب



انطلاق أعمال النسخة السادسة من مؤتمر المصريين بالخارج بحضور رئيس مجلس الوزراء.

افتتحت وزارة الخارجية والهجرة وشؤون المصريين بالخارج النسخة السادسة من مؤتمر المصريين بالخارج تحت شعار "من كل مكان... مصر العنوان" يوم الأحد ٣ أغسطس ٢٠٢٥، حيث القى الدكتور مصطفى مدبولي رئيس مجلس الوزراء الكلمة الرئيسية للمؤتمر.

شهدت فعاليات المؤتمر مشاركة الدكتور خالد عبد الغفار نائب رئيس الوزراء للتنمية البشرية ووزير الصحة والسكان، والسيد الفريق مهندس كامل الوزير نائب رئيس الوزراء للتنمية الصناعية ووزير الصناعة والنقل، والدكتور أشرف صبحي وزير الشباب والرياضة، والسيد محمود فوزي وزير الشؤون التيبية والقانونية والتواصل السياسي، والمهندس شريف الشربيني وزير الاسكان والمرافق والمجمعات العمرانية، والسيد محمد جبران وزير العمل، والدكتور أحمد فؤاد هنو وزير الثقافة، والسيد محمد عبد اللطيف وزير التربية والتعليم والتعليم الفني.

كما شهد المؤتمر مشاركة واسعة من أعضاء مجلسي النواب والشيوخ، وممثلي الجهات الحكومية والقطاع الخاص، وأكثر من ١٢٠٠ مواطن من أبناء الجاليات المصرية من ٤٠ دولة. وشهدت أعمال المؤتمر عددا من الجلسات التفاعلية تناولت أبرز القضايا ذات الاهتمام لأبناء الوطن في الخارج، حيث استعرضت جهود الدولة في رعاية المصريين بالخارج، والمبادرات والتيسيرات الجديدة المقدمة من مختلف الوزارات والجهات الوطنية، وملف التعليم، وفرص الاستثمار المتاحة للمصريين بالخارج في مجالات الإسكان والزراعة والصناعة، فضلا عن الخدمات القنصلية وجهود وزارة

القنصلية، وفتح أسواق عمل جديدة للعمالة المصرية في الخارج، وتدريب وتأهيل المصريين الراغبين في العمل في الدول المختلفة. وفيما يتعلق بالسياسة الخارجية، أكد الوزير عبد العاطي أن مصر تقود سياسة خارجية شريفة في ظروف إقليمية غير مسبوقة، مشيراً إلى أن مصر تلعب دوراً استثنائياً وثابتاً في دعم القضية الفلسطينية انطلاقاً من مسؤولياتها التاريخية، مستعرضاً جهودها النشطة على المستويين الدبلوماسي والإنساني لدعم الشعب الفلسطيني، إيماناً بعدالة القضية الفلسطينية وضرورة إنهاء معاناة الأشقاء الفلسطينيين في غزة. واستنكر في هذا السياق الحملة الممنهجة ضد الدور المصري الداعم للشعب الفلسطيني مؤخراً والتي تعكس أغراض مشبوهة ومضللة، مبرزاً أن مصر قدمت ٧٠٪ من المساعدات الإنسانية التي دخلت قطاع غزة. وشدد على أن مصر ستواصل جهودها لدعم حق الشعب الفلسطيني في البقاء على أرضه وإقامة دولته المستقلة.

الخارجية في رقمنة المعاملات القنصلية. وخلال الجلسة الافتتاحية، القى د. بدر عبد العاطي كلمة أشار فيها إلى أن المؤتمر يجسد توجيهات السيد الرئيس عبد الفتاح السيسي بضرورة تعزيز التواصل مع المصريين بالخارج وتقديم الدعم والرعاية اللازمة لهم، مؤكداً الحرص على استمرار التواصل المباشر مع الجاليات المصرية في الخارج على مدار العام من خلال اللقاءات التي يعقدها أثناء زيارته الخارجية وكذلك اللقاءات الافتراضية.

واستعرض وزير الخارجية الجهود الحثيثة التي بذلتها الوزارة لتنفيذ توصيات النسخة الخامسة من المؤتمر التي عقدت العام الماضي، لا سيما فيما يتعلق بالتحول الرقمي للمعاملات القنصلية، وإطلاق مبادرات عديدة منها "بيتك في مصر" للإسكان، و"مزرعتك في مصر" للاستثمار الزراعي، و"مدرستك في مصر" للتعليم الرقمي، إلى جانب مبادرات مصرفية مثل "افتح حسابك في مصر" و"إنستا باي"، ومبادرة "تأمينك في مصر" التي رفعت قيمة تعويض الحوادث التأمينية. كما أكد استمرار العمل مع وزارة التعليم العالي لإطلاق مبادرة "جامعتك في مصر" لتوسيع فرص التعليم الجامعي لأبناء المصريين بالخارج. وسلط وزير الخارجية الضوء على الفرص الاستثمارية والمجالات المتاحة للمشاركة الاقتصادية في المشروعات القومية والتنمية، وكذلك آليات نقل الخبرات والمعرفة من الكفاءات المصرية بالخارج إلى الوطن.

وشدد وزير الخارجية على الحرص على التنسيق الوثيق والمباشر مع المصريين بالخارج للاستماع إلى مقترحاتهم وتقديم جميع الخدمات اللازمة، مشيراً إلى الجهود الجارية لرقمنة المعاملات

حضور رسمي رفيع في المؤتمر: شهد المؤتمر مشاركة عدد من الوزراء البارزين، منهم الدكتور خالد عبد الغفار، الفريق كامل الوزير، الدكتور أشرف صبحي، والسادة وزراء الثقافة، التعليم، العمل، والإسكان، بالإضافة إلى أعضاء من مجلسي النواب والشيوخ، وممثلين عن الجهات الحكومية والخاصة.

وتناولت الجلسات قضايا المصريين بالخارج، بما في ذلك فرص الاستثمار، ملف التعليم، رقمنة المعاملات القنصلية، وسبل ربط المصريين بالخارج بوطنهم.

السياسة الخارجية... وموقف مصر الثابت: استعرض وزير الخارجية ملامح السياسة الخارجية المصرية، مؤكداً أن مصر تقود سياسة شريفة في ظل ظروف إقليمية دقيقة، وأنها تواصل دعمها الثابت للشعب الفلسطيني، حيث قدمت 70٪ من المساعدات الإنسانية التي دخلت غزة، رغم حملات التشويه المغرضة.

واختتم الوزير اللقاء بالتأكيد على أن دور الاتحاد العام للمصريين في الخارج، بقيادة السيد رأفت صليب، هو أحد أهم ركائز النجاح في التواصل مع الجاليات المصرية ودعم مصالح الدولة المصرية في الخارج.

3- لقاء مشمر بين نائب وزير الخارجية ورئيس اتحاد المصريين في الخارج بأمريكا على هامش مؤتمر "من كل مكان.. مصر العنوان"

في إطار فعاليات النسخة السادسة من مؤتمر المصريين بالخارج، والذي انطلقت أعماله يوم الأحد ٣ أغسطس الماضي ٢٠٢٥ تحت رعاية دولة رئيس مجلس الوزراء الدكتور مصطفى مدبولي، عقد السفير نبيل حبشي، نائب وزير الخارجية والهجرة وشؤون المصريين بالخارج، لقاءً هاماً مع رجل الأعمال السيد رأفت صليب، رئيس الاتحاد العام للمصريين في الخارج بأمريكا، بحضور عدد من أعضاء الاتحاد البارزين، من بينهم الدكتور عماد باشا والسيدة إنجي جرجس.

وقد تناول اللقاء سبل دعم التواصل بين الجاليات المصرية بالخارج ومؤسسات الدولة، وفتح آفاق جديدة للتعاون في الملفات الاستثمارية والاجتماعية والثقافية، بما يعزز من دور المصريين في الخارج كسفراء حقيقيين لوطنهم.

وأكد السفير نبيل حبشي خلال اللقاء على أهمية الاستفادة من خبرات المصريين في الخارج، مشيداً بدور الاتحاد في توطيد الروابط الوطنية ونقل صورة إيجابية عن مصر في الولايات المتحدة.

كما أعرب عن تقديره للجهود المبذولة من قبل السيد رأفت صليب وأعضاء الاتحاد في خدمة أبناء الجالية، والعمل على تعزيز انتمائهم لوطنهم الأم.

من جانبه، عبر السيد رأفت صليب عن شكره وتقديره لوزارة الخارجية والهجرة وشؤون المصريين بالخارج، مؤكداً أن هذا المؤتمر يمثل منصة استراتيجية مهمة لتبادل الرؤى وتقديم المقترحات التي تصب في صالح مصر والمصريين بالخارج. كما أشار إلى أهمية إشراك الكفاءات المصرية في الخارج في مشروعات التنمية المستدامة التي تشهدها البلاد.

يذكر أن النسخة السادسة من المؤتمر تقام تحت شعار "من كل مكان... مصر العنوان"، وتشهد حضوراً رفيع المستوى من كبار المسؤولين وممثلين عن الجاليات المصرية حول العالم، وتتناول عدداً من المحاور الرئيسية المتعلقة بالاستثمار والتعليم والصحة والهوية الوطنية.

مجلس الوزراء للتنمية الصناعية ووزير الصناعة والنقل بالدور الوطني الذي يقدمه الاتحاد العام للمصريين في الخارج بأمريكا، برئاسة رجل الأعمال السيد / رأفت صليب وأعضاء الاتحاد المشاركين، مثنياً لمشاركته الفاعلة ومبادراته الداعمة للاستثمار والتنمية. وأكد أن الدولة المصرية ترحب بكل من يسهم في مسيرة البناء، وأن المصريين بالخارج شركاء في تحقيق التنمية الشاملة وتعزيز العلاقات الاقتصادية مع العالم.

2- وزير الخارجية يُشيد بدور الاتحاد العام للمصريين في الخارج بأمريكا: "أنتم نموذج مشرف"...

في مشهد وطني مفعم بالفخر والانتماء، أشاد وزير الخارجية المصري خلال لقائه برجل الأعمال السيد رأفت صليب، رئيس الاتحاد العام للمصريين في الخارج بأمريكا، وبمشاركة أعضاء الاتحاد الدكتور / عماد باشا، الدكتورة / إيمان الشامي، والسيدة / إنجي جرجس، بدور الاتحاد الحيوي ومكانته البارزة في تمثيل الجالية المصرية في الولايات المتحدة، مؤكداً: "أنتم نموذج مشرف، وأنتم لكم مكانة مهمة لدينا".

جاء هذا اللقاء الممزم على هامش انطلاق أعمال النسخة السادسة من مؤتمر المصريين بالخارج، الذي أقيم تحت شعار "من كل مكان... مصر العنوان" يوم الأحد 3 أغسطس 2025، بحضور دولة رئيس مجلس الوزراء الدكتور مصطفى مدبولي، وعدد من كبار المسؤولين في الحكومة المصرية، وأكثر من 1200 مشارك من أبناء الجاليات المصرية في أكثر من 40 دولة حول العالم.

دور الاتحاد... حضور فاعل ومواقف وطنية: ناقش وزير الخارجية خلال اللقاء أهمية الاتحاد العام في أمريكا، كونه يمثل صوت الجالية المصرية في أقوى دولة في العالم، مشيداً بنشاط الاتحاد، وجهوده المستمرة، ومواقفه المشرفة في الدفاع عن المصالح الوطنية.

كما أعرب عن تقديره لما قام به الاتحاد من تقديم خطاب رسمي باسم الجالية المصرية يرفض أي تدخل خارجي في شؤون مصر، مؤكداً أن مثل هذه المواقف الوطنية تعكس وعياً سياسياً رقيقاً، وحرصاً حقيقياً على استقرار الدولة المصرية، قائلًا: "هذا الرفض المشرف لأي تدخل هو تعبير صادق عن الوطنية والانتماء".

وأكد الوزير على الحرص على التنسيق المباشر والدائم مع الاتحاد في أمريكا، والاستماع إلى مقترحاته وتوفير كافة الخدمات، مع استمرار العمل على رقمنة المعاملات القنصلية، وتوفير فرص عمل وتدريب للمصريين الراغبين في العمل بالخارج.

رأفت صليب: نعمل من أجل مصر ونطلب مزيداً من التعاون: من جانبه، ثمن السيد رأفت صليب هذا اللقاء، واعتبره دافعاً جديداً لتعزيز عمل الاتحاد، مشيراً إلى أن الاتحاد كان له دور كبير خلال السنوات الثلاث والنصف الماضية، في خدمة الجالية والدفاع عن مصر، من خلال النشاط المجتمعي، وتكثيف التواصل مع الجهات المصرية الرسمية، والعمل على تعزيز روابط الاستثمار والتحويلات المالية بين المصريين في الخارج وبلدهم الأم.

وأشار صليب إلى أن اللقاء تطرق إلى مشروعات الاستثمار وتحويلات المصريين في الخارج، والمطالبة بتكرار زيارات المسؤولين المصريين إلى أمريكا للتواصل المباشر مع الجالية، مؤكداً: "اللقاء كان مثمراً، ونأمل في استمرار هذا التعاون البناء".

1- الفريق مهندس / كامل الوزير نائب رئيس مجلس الوزراء للتنمية الصناعية ووزير الصناعة والنقل يشيد بدور الاتحاد العام للمصريين في الخارج بأمريكا ويعلن تسهيلات جديدة للمستثمرين

الفريق كامل الوزير يشيد بدور المصريين في الخارج ويؤكد: الدولة ماضية في دعم المستثمرين في الخارج وتسهيل الإجراءات الصناعية.

في لفظة تقدير واهتمام، استضاف الفريق مهندس / كامل الوزير، نائب رئيس مجلس الوزراء للتنمية الصناعية ووزير الصناعة والنقل، وفذا رفيع المستوى من الاتحاد العام للمصريين في الخارج بأمريكا، برئاسة رجل الأعمال السيد / رأفت صليب، وذلك في استضافة خاصة بمكتبته:

خلال اللقاء، وجه الفريق كامل الوزير شكره الخاص إلى الوفد القادم من الولايات المتحدة الأمريكية، مؤكداً أن مشاركة المصريين في الخارج تمثل ركيزة أساسية في دعم جهود التنمية والاستثمار داخل الوطن، مشيداً بالدور الإيجابي الذي يقوم به الاتحاد العام للمصريين في الخارج بأمريكا بقيادة السيد رأفت صليب في دعم الوطن من خلال المبادرات الوطنية والمشاركة الفعالة.

استعرض الفريق الوزير خلال الاجتماع ملامح خطة الدولة لتحقيق تنمية صناعية شاملة ومتكاملة، في إطار رؤية القيادة السياسية لبناء اقتصاد حديث قائم على المعرفة، مشيراً إلى أن الدولة أنجزت خطوات غير مسبوقة في تطوير البنية التحتية للنقل، وتوسيع شبكة الطرق، وتحديث الموانئ البحرية والجافة، وربطها بالمناطق اللوجستية والصناعية. كما نوّه إلى أن الدولة تبنت مشروعات كبرى في الطاقة المتجددة، وأصدرت حزمة تشريعات محفزة للاستثمار الخارجية، لتوفير بيئة جاذبة ومرنة أمام المستثمرين في الداخل والخارج.

وفي رده على استفسارات السيد رأفت صليب وأعضاء الاتحاد حول ملف المصانع المتعثرة والمجمعات الصناعية للمستثمرين في الخارج، أكد الوزير أن الدولة اتخذت خطوات جادة لإزالة عثره هذه المصانع، بالتعاون مع البنك المركزي وجهات التمويل، مشيراً إلى أن هناك مجمعات صناعية مجهزة للتشغيل الفوري في كل محافظة، وهي فرصة واعدة أمام المستثمرين المصريين بالخارج.

وكشف الفريق كامل الوزير عن خطوة جديدة لدعم المستثمرين في الخارج، وهي بدء عمل فرع دائم لـ "المجمعة المصرية للتأمين على أخطار أعمال البناء" بمقر الهيئة العامة للتنمية الصناعية اعتباراً من 1 أغسطس الماضي 2025، بالتعاون مع وزارة الإسكان والهيئة العامة للرقابة المالية، بهدف تسهيل إجراءات التراخيص للمصانع، وتسريع وتيرة إنهاء الموافقات.

كما أشار الوزير إلى أن هذه الخطوة تأتي ضمن التوجه العام لتوحيد جهات التعامل مع المستثمرين بالخارج، وإنشاء "شباك واحد" للحصول على التراخيص، على غرار التعاون القائم مع جهاز شؤون البيئة والحماية المدنية.

واختتم الوزير حديثه بالإشارة إلى خدمات وزارة الصناعة التي تشمل إصدار تراخيص البناء إلكترونياً من خلال منصة "مصر الصناعية الرقمية"، والتي أطلقت في العام الماضي، بهدف تقليص الوقت والجهد وتقديم خدمة مرنة وسريعة للمستثمرين في الداخل والخارج. وفي ختام الجلسة، أشاد الفريق مهندس / كامل الوزير نائب رئيس

4- وزارة الخارجية تحتفي برئيس اتحاد المصريين في الخارج بأمريكا وتؤكد على دور الجالية في تعزيز العلاقات المصرية الأمريكية:

في إطار حرص الدولة المصرية على دعم أبنائها في الخارج وإبراز دورهم المحوري في تعزيز صورة مصر عالمياً، أقيم السفير الدكتور سامح أبو العينين، مساعد وزير الخارجية لشئون الأمريكتين، حفل عشاء بالنادي الدبلوماسي لتكريم السيد / رأفت صليب، رئيس اتحاد المصريين في الخارج بالولايات المتحدة الأمريكية.

حضر اللقاء عدد من الشخصيات الرسمية والبرلمانية، من بينهم النائب عماد خليل عضو مجلس النواب، والنائب محمود القط عضو مجلس الشيوخ، والدكتورة إيمان الشامي المدير الإقليمي للاتحاد. وخلال الحفل، تم إهداء كتاب "الدبلوماسية المصرية العريقة منذ نشأة وزارة الخارجية المصرية" إلى السيد / رأفت صليب، تقديرًا لدوره الملموس في خدمة أبناء الجالية المصرية ودعم جهود التعاون المشترك بين مصر والولايات المتحدة.

اللقاء لم يقتصر على التكريم فقط، بل شهد مناقشات موسعة حول العلاقات المصرية الأمريكية، والدور الإيجابي البارز للمصريين الأمريكيين في دفع التعاون الاقتصادي والتجاري والاستثماري بين البلدين. كما تناول الحضور أهمية الترويج السياحي والثقافي لمصر بالتنسيق مع الجاليات المصرية في ولايات الساحل الغربي والشمالي ووسط الغرب الأمريكي.

وأكد السفير أبو العينين أن وزارة الخارجية، ومن خلال قطاع شؤون المصريين بالخارج، لا تدخر جهداً في دعم الجاليات المصرية ومساندة كياناتها المختلفة، مشيرًا إلى أن المصريين في أمريكا يمثلون جسراً حقيقياً للتواصل بين الشعبين المصري والأمريكي.

وتطرق النقاش كذلك إلى ضرورة توسيع مثل هذه اللقاءات لتشمل كافة الكيانات المصرية في الولايات المتحدة، بما يضمن رموز الجاليات من العلماء والأطباء والقضاة والأكاديميين ورجال الأعمال، وكل مصري أمريكي ناجح في مجاله، حتى يساهموا جميعاً في تعزيز مكانة مصر داخل المؤسسات الأمريكية والتأثير في دوائر صنع القرار.

إن تكريم وزارة الخارجية لرئيس اتحاد المصريين في الخارج بأمريكا ليس مجرد احتفاء فردي، بل هو رسالة تأكيد على أهمية الدور الوطني الذي يضطلع به المصريون في المهجر، وإبراز لقدرتهم على أن يكونوا سفراء لمصر في الخارج، مساندين لدبلوماسيتها الرسمية، وفاعلين في دفع مسارات التعاون الاستراتيجي بين القاهرة وواشنطن.

5- وزير الطيران المدني يستقبل رئيس اتحاد المصريين بأمريكا لبحث دعم خدمات النقل الجوي للجالية المصرية:

"الحفني": نوسع شبكة خطوطنا الجوية لتلبية احتياجات المصريين بالخارج.
"رأفت صليب": نؤمن جهود الدولة في تطوير الطيران المدني وتيسير التواصل بين الوطن والجاليات.
القاهرة في 4 أغسطس 2025:

في إطار حرص الدولة المصرية على تعزيز جسور التعاون مع أبنائها بالخارج، وتزامناً مع انطلاق فعاليات النسخة السادسة من مؤتمر "المصريين في الخارج" تحت شعار (من كل مكان.. مصر العنوان)، استقبل الدكتور سامح الحفني وزير الطيران المدني، السيد / رأفت صليب، رئيس الإتحاد العام للمصريين بأمريكا، الدكتورة إيمان الشامي المدير الإقليمي للإتحاد والدكتور عماد باشا عضو الإتحاد والاستاذ ماجد عبدالجواد المنسق العام للإتحاد، وذلك بمقر ديوان عام الوزارة.

شهد اللقاء مناقشة عدد من القضايا والموضوعات المتعلقة بالجالية المصرية المقيمة في الولايات المتحدة الأمريكية، وعلى رأسها خدمات النقل الجوي، حيث أبدى الوفد الزائر إشداده بالتطور اللاحق الذي يشهده قطاع الطيران المدني المصري، لا سيما فيما يتعلق بتوسعة شبكة الخطوط الجوية المباشرة، وجودة الخدمات المقدمة، والتيسيرات التي توفرها مصر للطيران للمسافرين من وإلى الولايات المتحدة.

وخلال اللقاء، استعرض الوفد أهمية دراسة تدهشين خط طيران مباشر بين القاهرة ومدينة لوس أنجلوس، في ضوء الكثافة العددية للجالية المصرية المقيمة بالولايات المتحدة، والحاجة إلى مزيد من الخطوط المباشرة التي تسهم في تسهيل حركة السفر والربط المستمر مع الوطن الأم بما يشجع السياحة والاستثمار.

من جانبه، أكد الدكتور سامح الحفني أن قطاع الطيران المدني المصري يمثل جسراً استراتيجياً يعزز الارتباط بين الوطن وأبنائه بالخارج، مشيرًا إلى أن الوزارة تنفذ خطة تطوير شاملة تستهدف توسيع شبكة الربط الجوي مع الوجهات ذات الأولوية للجاليات المصرية.

وأضاف الحفني أن مصر للطيران بصدد استلام طائرات جديدة بعيدة المدى من طراز "إيرباص A350" مع بداية العام القادم، وهو ما يتيح التوسع في تشغيل خطوط مباشرة إلى مدن مثل لوس أنجلوس، بما يلبي الطلب المتزايد، ويرفع كفاءة التشغيل، ويخدم مصالح المصريين بالخارج.

كما شدد الوزير على أهمية التواصل المستمر مع ممثلي الجاليات المصرية حول العالم، مؤكداً أن الوزارة تولي اهتماماً كبيراً بتحويل مقترحاتهم إلى خطوات عملية، من خلال تطوير البنية التحتية، وتحديث الأسطول، ورفع مستوى الخدمات، بما يعكس مكانة مصر وريادتها في مجال الطيران المدني.

ومن جانبه، أعرب السيد / رأفت صليب عن بالغ شكره وتقديره للدكتور سامح الحفني على استقباله واستماعه لمقترحات ومطالب الجالية، مثنياً ما يشهده قطاع الطيران المدني المصري من نقلة نوعية واضحة، تعكس اهتمام القيادة السياسية بتعزيز التواصل مع المصريين بالخارج، وتقديم كافة أوجه الدعم والتيسيرات التي تسهم في دعم انتمائهم وارتباطهم الدائم بمصر.

6- في لقاء رسمي مع وزير الإسكان.. الإتحاد العام للمصريين في الخارج بأمريكا يعرض رؤى ومقترحات المصريين بالخارج لتعزيز فرص الاستثمار العقاري:

في إطار حرص الدولة على التواصل المستمر مع المصريين بالخارج، التقى المهندس شريف الشربيني، وزير الإسكان والمرافق والمجتمعات العمرانية، بوفد من الإتحاد العام للمصريين في الخارج بأمريكا، برئاسة رجل الأعمال السيد / رأفت صليب، وبمشاركة أعضاء الإتحاد الدكتور / عماد باشا، الدكتورة / إيمان الشامي، والسيدة / إنجي جرجس، وذلك على هامش فعاليات النسخة السادسة من مؤتمر المصريين بالخارج.

وخلال اللقاء، استعرض الوزير جهود وزارة الإسكان لتلبية احتياجات المصريين بالخارج، وأبرز المبادرات التي أطلقتها الوزارة لصالحهم، وعلى رأسها برنامج "بيت الوطن" ومبادرة "بيتك في مصر"، اللتان تهدفان إلى توفير وحدات سكنية وأراض للمصريين بالخارج بأسعار تنافسية وأنظمة سداد مرنة تمتد حتى 10 سنوات، مع طرح المرحلة الثانية للمبادرة في سبتمبر المقبل.

من جانبه، قدم وفد الإتحاد العام للمصريين في الخارج بأمريكا عدداً من الرؤى والمقترحات التي تعزز من فرص جذب الاستثمارات العقارية للمصريين المقيمين في الخارج، وتشجعهم على دعم النهضة العمرانية التي تشهدها الدولة المصرية في مختلف القطاعات.

كما أكد السيد / رأفت صليب على أهمية دعم المشاريع السكنية التي تراعي احتياجات ومتطلبات الجالية المصرية في الولايات المتحدة، مشيداً بتجاوب وزارة الإسكان مع المقترحات المقدمة، وسعيها الدائم لتعزيز ارتباط المصريين بالخارج بوطنهم الأم.

وفي ختام اللقاء، أعرب المهندس شريف الشربيني عن تقديره للدور الوطني الذي يقوم به الإتحاد العام للمصريين في الخارج بأمريكا، مؤكداً أن المصريين بالخارج هم سفراء مصر الحقيقيين، وخط الدفاع الأول عن الدولة في الخارج، وأن الوزارة ستظل داعمة لهم بكل السبل الممكنة.

7- لقاء مثمر بين الإتحاد العام للمصريين في الخارج بأمريكا وتنسيقية شباب الأحزاب على هامش مؤتمر المصريين بالخارج:

في إطار فعاليات النسخة السادسة من مؤتمر المصريين بالخارج، عُقد لقاء بناءً بين رئيس الإتحاد العام للمصريين في الخارج بأمريكا، رجل الأعمال السيد رأفت صليب، وقيادات تنسيقية شباب الأحزاب والسياسيين، وذلك لبحث سبل تعزيز المشاركة السياسية والمجتمعية للمصريين بالخارج، وخاصة الشباب.

وقد شارك في اللقاء أعضاء مجلس النواب المصري، كلاً من النائب عماد خليل، نائب تنسيقية شباب الأحزاب والسياسيين، والذي يعد من الكوادر الإعلامية البارزة وصاحب مسيرة مهنية متميزة في المجالين الإعلامي والإداري، وكذلك النائب محمود القط، عضو مجلس الشيوخ ورئيس لجنة الثقافة والإعلام، والذي يتميز بخطابه السياسي المتوازن وتحليلاته حول القضايا الوطنية الكبرى.

شهد اللقاء تبادلًا مثمرًا للأفكار حول تمكين الكوادر المصرية في الخارج، وتفعيل التواصل المؤسسي بين الإتحاد والتنسيقية، بما يخدم جهود الدولة في تمكين الشباب سياسياً ومد جسور التعاون بين الداخل والخارج.

وتعد تنسيقية شباب الأحزاب والسياسيين نموذجاً شبابياً فريداً يهدف إلى دمج الشباب في الحياة السياسية، عبر تمثيلهم في المناصب التنفيذية والتشريعية، والمشاركة الفاعلة في النقاش العام من خلال ورش عمل ومنصات وطنية.

وقد كان من أبرز نشاطاتها مؤخرًا متابعة انتخابات مجلس الشيوخ 2025، والتي خرجت بتوصيات هامة لتعزيز أدوات المشاركة، من بينها دعم التصويت الإلكتروني وتوسيع دور المصريين بالخارج في العملية السياسية.

من جانبه، أثنى السيد رأفت صليب على رؤية التنسيقية وأدوارها المتقدمة في تأهيل جيل جديد من القيادات السياسية الشابة، مؤكداً أن الإتحاد العام للمصريين في الخارج يرحب بأي تعاون يخدم أبناء الجاليات المصرية، ويساهم في ربطهم بالوطن الأم بشكل فعال وبناءً.



مع نائب رئيس مجلس الوزراء للتنمية الصناعية ووزير الصناعة والتقل الفريق مهندس / كامل الوزير

مع وزير الخارجية الدكتور / بدر أحمد عبدالعاطي

من كل مكان ..

مع نائب وزير الخارجية والهجرة وشئون المصريين بالخارج السفير نبيل حشيشي

مع مساعد وزير الخارجية لشئون الأمريكتين السفير الدكتور / سامح أبو العينين

مع وزير الطيران المدني الدكتور سامح الحفني

مع وزير الإسكان والمرافق والمجتمعات العمرانية المهندس شريف الشربيني

مع أعضاء مجلس النواب المصري النائب محمود القط والنائب عماد خليل

بشرف وحضور السيد رئيس مجلس الوزراء، الدكتور مصطفى مدبولي

مؤتمر المصريين في الخارج

النسخة السادسة تحت شعار من كل مكان .. مصر العنوان

الأحد والاثنين 3 و 4 أغسطس 2025

الدكتور / بدر أحمد عبدالعاطي رئيس مجلس الوزراء



خاص لجريدة كاريزما

بقلم القس اعسطينوس حنا

قصص قصيرة وطرائف

توماس أديسون ... فاشلاً!

طردت المدرسة التلميذ توماس أديسون بحجة انه بليد وفاشل!

فأخذته أمه وقالت أنا سأعلمه بنفسى وأثبت للعالم كله ان ابني ليس فاشلاً بل عبقرى. وبعد سنوات ظهر نبوغ أديسون فأخترع ستين اختراعاً في ستين سنة! وكان من أروع وأشهر اختراعات أديسون المصباح الكهربائي حتى وصل للنجاح في عمل الللمبة الكهربائيه! وما قال له زملاؤه ألم تياس بعد ألف فشل؟ فأجاب: بل انها ألف خطوة في طريق النجاح!

هكذا يقول الكتاب المقدس "اننا لم نعطر روح الفشل بل روح القوة والمحبة والنصح" (2 تي: 1: 7)، ويقول أيضاً: "لا نفشل في عمل الخير لأننا سنحصد في وقته أن كنا لا نكل" (غل: 9: 6) ***

ذكاء وحسن تخلص!

من طرائف المرحوم نجيب الريحاني، وأشهر نجم مسرحي وسينمائي كوميدي عاش في مصر في النصف الأول من القرن العشرين، إذ كان يعتبر ناقداً وفيلسوفاً وليس مجرد ممثل ..

انه اذا جاءه ضيف ثقيل وكان مشغولاً ولا يريد أن يطرده ويحرج مشاعره، كان يقول له بلطف وابتسامه: الحقيقة أنا مشغول دلوقت فاذا سمحت إقفل باب "الأودة" من برة!

وعن سرعة بديهته عملت له إحدى الهيئات بالصعيد حفل تكريم ووقف رئيس الهيئة يقدمه ويمتدحه فقال ضمن كلامه:

- الأستاذ نديب الريحاني هو "جاموس" الفن كله (يقصد قاموس)!

ولم يغضب الضيف وردّ عليه بلغته:
- العفو ... العفو ... البركة في "العجول" (العقول) الى بتفهم!

كلمة وردّ غطاها!

- سأله واحد مرة: معاك ساعة؟
- فأجاب: أيوه. معايا والحمد لله (وتركه ومضى)!.
وسأله آخر: من فضلك الشارع ده بيروح فين؟
فأجابه: الشارع ده عمره مراح ولا جه. طول عمره هنا في مكانه!

وصفة للأسماء الروسية

كان الريحاني يصف الأسماء الروسية بأنها طويلة وغالباً تنتهي بالحرّف "كيف أو كوف" مثل: "منتاش مالوش كيف" أو "طور الله في برسيمه سكوف"! ***

يا اخواتي ده أنا الملطوش!

انتقد الريحاني مرة رجل الشرطة المصري بالبطي والغباء وسوء التصرف ... فقال أن نشالاً سرق محفظته وفرّ هارباً. فأخذ يصيح يا بوليس، يا بوليس ... حرامى ... حرامى ... إمسكوه ... نشل محفظتى ... يا بوليس! وتجمهر الناس يسألوه أسئلة كثيرة مثل مين، وفين، وشكله أيه .. ألخ. وأخيراً وصل عسكري البوليس وسأل: أيه .. فيه أيه؟

أجابه الريحاني: حرامى .. نشال نشل محفظتى وجرى من هنا ...

- ولما شفته يا حضرة انه جرى من هنا ليه ممسكتوش؟

- على ما حسييت بخروج المحفظة من جيبي لقيت واحد بيجرى بعيد واختمنى في الزحام.

- طيب اتفضّل امشى قدامى على الكراكون.

- خلاص يا شاويش أمرى لله مقيش فايدة، أنت تأخرت والراجل هرب.

- إمشى قدامى على الكراكون.

- أعمل إيه في الكراكون، الفلوس راحت وأمرى لله ولازم أروح الشغل حالاً.

- أنا قلت امشى "انجر" على الكراكون، بس شاطر تنادى يا شاويش؟

- يا شاويش ده أنا المسروق ... أنا الملطوش!

- أنا مش ها اعتنك أتفضل قدامى على الكراكون.

- الجمهور: معلش يا شاويش سيبه علشان خاطرنّا!

- يادى المصيبة، أنتم بتترجوه بيبيني أنا؟ ده أنا الملطوش، يا خواتى ده

أنا الملطوش!!!!

يا له كم من مرة يترك الناس المجرم الحقيقي

خاص لجريدة كاريزما

بقلم نيفين سورمال

القيم الأخلاقية بين التاج والسقوط: دروس من حياة داود

مقدمة:

القيم الأخلاقية هي المبادئ والمعايير التي يسترشد بها الإنسان في سلوكه لتحديد ما هو صحيح أو خطأ، وما هو خير أو شر.

وهي تشكل الأساس الذي يقوم عليه تعامل الإنسان مع نفسه ومع الآخرين في المجتمع. المصدر الحقيقي للقيم الأخلاقية هو كلمة الله المقدسة، وهي أيضاً ميل طبيعي في النفس البشرية لرفض الظلم وحب العدل.

كما أن المجتمع والثقافة والعادات تساهم في تعزيز هذه القيم.

لكن من خلال الكتاب المقدس نرى أن حتى أعظم الرجال يمكن أن يسقطوا حين يهملون هذه القيم.

قصة داود الملك تعطينا دروساً عميقة عن خطورة الخطيئة، وعن عدل الله ورحمته.

قبل ان اتكلم عن الدروس من حياة الملك داود أود ان اتكلم ماهي أهم القيم الأخلاقية.

أهم القيم الأخلاقية:

• الصدق: قول الحقيقة والابتعاد عن الكذب والخداع.

• الأمانة: حفظ الحقوق والعهود، وأداء ما أوتمن عليه الإنسان.

• العدل: إعطاء كل ذي حق حقه، وعدم الظلم أو التحيز.

• الاحترام: تقدير الآخرين بغض النظر عن اختلافاتهم.

• التواضع: الابتعاد عن الغرور، والاعتراف بفضل الله والآخرين.

• الرحمة: معاملة الآخرين بلطف والشفقة على المحتاجين والضعفاء.

• التعاون: العمل مع الآخرين بروح الفريق من أجل الخير العام.

• الصبر: تحمّل الشدائد والمحن برضا وثبات.

• العفة: ضبط النفس عن المحرمات والشهوات المفرطة.

• الإحسان: فعل الخير مع الناس ومعاملتهم بما تحب أن يعاملونا به.

نتائج أخطاء الملك داود.

ضعف داود وإذلال نفسه (1 صموئيل 21:10-15).

قبل أن يصبح داود ملكاً، مرّ بلحظات ضعف شديدة. عندما هرب من شاول لجأ إلى ملك جت الفلسطينيين. ولما خاف أن يقتله الملك، أذل نفسه وتظاهر بالجنون: خدش على الأبواب وأسأل لعبه على لحيته حتى ينجو.

هذا المشهد يظهر أن حتى رجل الله العظيم يمكن أن ينهار في لحظة خوف. لكن الله أنقذه رغم ضعفه. الدرس هنا أن قوتنا ليست في ذكائنا أو حيلنا، بل في حماية الله وحده.

"فَأَخَذَ كَلَامَهُ إِلَى قَلْبِهِ جَدًّا، وَخَافَ جَدًّا مِنْ أَحْيَشَ مَلِكِ جَتَّ. فَغَيَّرَ عَقْلَهُ فِي أَعْيُنِهِمْ، وَتَصَنَّعَ أَنَّهُ مَجْنُونٌ بَيْنَ أَيْدِيهِمْ، وَأَخَذَ يُخْرِشُ عَلَى مَصَارِيعِ الْبَابِ وَيَسِيلُ رِيقَهُ عَلَى لِحْيَتِهِ" (صموئيل الأول 13-21).

خطيئة داود مع بتشيع وأوريا (2 صموئيل 11).

حين صار ملكاً، سقط داود في خطيئة أخطر. رأى بتشيع زوجة أوريا الحثي واشتهاها. أخذها لنفسه، وحبلت منه. وإخفاء خطيئته، دبر موت أوريا. هكذا جمع داود بين الزنا والقتل. لقد تجاهل هنا قيماً أساسية مثل العفة، الأمانة، والعدل، وبذلك لوث صورة الملك العادل الذي يجب أن يكون قدوة لشعبه.

"فَأَرْسَلَ دَاوُدُ وَأَخَذَهَا، فَدَخَلَ إِلَيْهَا وَاضْطَجَعَ مَعَهَا" (صموئيل الثاني 11:4).

مواجهة النبي ناثان (2 صموئيل 12)

الله لم يترك داود. أرسل إليه النبي ناثان بمثل الرجل الغني الذي أخذ نعجة الفقير.

غضب داود وأدان ذلك الرجل، عندها قال له ناثان: "أنت هو الرجل!". في تلك اللحظة



لم يجد داود مخرجاً إلا أن يعترف قانلاً: "قد أخطأت إلى الرب." (صموئيل الثاني 12:13).

هذه المواجهة تؤكد أن الله قدوس وعادل، يكشف خطايانا، حتى لو حاولنا إخفاءها.

تأديب الله وانتقامه - موت الطفل المولود من بتشيع.

بعد أن واجهه النبي ناثان بخطيئته، قال له: "الرَّبُّ نَقَلَ عَنْكَ خَطِيئَتَكَ. لَا تَمُوتُ. غَيْرَ أَنَّهُ لِأَنَّكَ جَعَلْتَ بِهَذَا الأَمْرَ أَغْدَاءَ الرَّبِّ يَشْمَتُونَ، فَالْآنَ المَوْلُودُ لَكَ يَمُوتُ" (صموئيل الثاني 12:13-14).

وفعلاً، مرض الطفل ومات بعد سبعة أيام. عندها قام داود وصام وصلى، لكن بعدما مات الولد قال: "أنا ذَاهِبٌ إِلَيْهِ، وَأَمَّا هُوَ فَلَا يَزِجُّ إِلَيَّ" (صموئيل الثاني 12:23).

إذلال علي: أبشالوم دخل على نساء أبيه أمام الشعب.

"ونصوا لأبشالوم الخيمة على السطح. ودخل أبشالوم إلى سراي أبيه أمام جميع إسرائيل" (صموئيل الثاني 16:22).

ضعف داود حتى داود أذل نفسه أمام ملك جت، وسقط في الزنا والقتل.

"فغير عقله في أعينهم، وتظاهر بالجنون بين أيديهم" (صموئيل الأول 21:13).

"فضاجعها وهي متطهرة من طمئها" (صموئيل الثاني 11:4).

"اجعلوا أوريا في وجه الحرب الشديدة، وارجعوا من ورائه فيضرب ويموت" (صموئيل الثاني 11:15).

الخطيئة لها عواقب: مهما حاولنا التغطية عليها، ستترك أثراً مريزاً.

"أما الذي فعلته في الخفاء، فأنا أفعل هذا الأمر قدام جميع إسرائيل وقدام الشمس" (صموئيل الثاني 12:12).

"لأن الذي يزرعه الإنسان إياه يحصد أيضاً" (غلاطية 6:7).

التأديب من محبة الله لأنه قدوس.

الله قدوس: لا يساوم على القيم الأخلاقية ولا يتهاون مع الشر.

"قدوس، قدوس، قدوس رب الجنود" (إشعيا 6:3).

"كونوا قديسين لأنني أنا قدوس" (لاويين 11:44).

الله يؤدّب أولاده ليعيدهم إليه:

"أني أحب الذين يحبونني" (أمثال 8:17).

"لأن الذي يحبه الرب يؤدّبه، ويجلد كل ابن يقبله" (عبرانيين 12:6).

التوبة الحقيقية تغير المسار.

الاعتراف والانكسار أمام الله يفتح باب الغفران.

"أرحمني يا الله حسب رحمتك. حسب كثرة رأفتك امح معاصي" (مزمو 51:1).

"ذبيحة الله هي روح منكسرة. القلب المنكسر والمنسحق يا الله لا تحتقره" (مزمو 51:17).

"إن اعترفنا بخطايانا فهو أمين وعادل حتى يغفر لنا خطايانا ويطهرنا من كل إثم" (1 يوحنا 1:9).

رحمة الله أعظم من السقوط:

رغم كل خطايا داود، أقام الله نسله ليأتي منه المسيح المخلص.

"وأقيم بعدك نسلك الذي يخرج من أحشائك وأثبت مملكته" (صموئيل الثاني 7:12).

"كتاب ميلاد يسوع المسيح ابن داود ابن إبراهيم" (متى 1:1).

"عظيمكم مراحم داود الصادقة" (أعمال الرسل 13:34).

خاتمة:

قصة داود الملك تعلمنا أنه ليس أحد كبيراً على الخطيئة، لكن الرب يدعو إلى القداسة بدلاً من الغضب، إذ ترافقنا مراحمه كل صباح.

فهو يريد أن الجميع يخلصون وإلى معرفة الحق يُقبلون. والقداسة التي بدونها لا يرى أحد الرب، لذلك يجب أن نمثل من روحه ونعيش في مخافة اسمه لتمجيد اسمه على الأرض.



بقلم وائل لطف الله رئيس التحرير الهاتف المقود...

– "بابا... جسمي كله متكسر من مجهود تنظيف غرفتي!"
كان يمسك بكنتفه وقدميه ورأسه، وكأنه أمضى يوماً كاملاً في حمل الصخور.
ابتسمت وقلت مماًزحاً:
– "بس إنت بتلعب مع أصحابك ساعات طويلة أكثر من هذا ومبتعبش!"
ضحك بدهاء وقال:
– "إحنا بنقعد وإحنا بنلعب... وبنرتاح كل شوية، بناخد Break!"
ضحكت أكثر، وسألته:
– "طب ليه ما قتلتيش وإحنا بننصف غرفتك ناخذ Break؟"
خضض صوته وقال بخجل:
"ما حبيتش أزعلك يا بابا... كنت حاسس إنني مقصر وحبيت أصحح غلطتي."

هناك، في عيني طفلي، رايت رجلاً صغيراً يتشكل...
احتضنته بقوة، وأدرت أن الدرس لم يكن له وحده، بل لي أيضاً.
لقد تعلم آدم أن النظام يكافئ، وأن الجهد يثمر، وأن تحمّل المسؤولية بداية طريق الرجولة.

وأنا تعلمت أن التربية ليست أوامر تلقى، بل مشاركة نعيش، وأن الطفل لا يحتاج لمن يوجهه من بعيد، بل لمن يسير بجانبه... حتى لو كانت البداية من غرفة فوضوية.

لا تستهينوا بتلك اللحظات الصغيرة مع أبنائكم، ففيها تزرع بذور الدروس التي تعيش معهم عمراً كاملاً. وكما يقول المثل: "ما تربيته اليوم... تجنيه غداً."

خاص لجريدة كاريزما



بقلم د. عبير حلي الإعلامية والكاتبة الصحفية والشاعرة أشباح أحلامنا

واختلفت الأمان، أشباح أحلامنا تقتل داخلنا فكرة يكفينا شرف المحاولة وتطفئ بصيص الأمل لإعادة المحاولة.

تخيل لو كل علمانا السابقين نظروا إلى محاولات الإحباط والفشل لهم ما وصلنا اليوم لأي اختراع أو تحقق نجاح لأي تجربة وفقدنا شغف الحياة وباتت كل المحاولات بالفشل من أول أو ثاني محاولة فقط.

أشباح أحلامنا لا تستقر داخل النفوس القوية المؤمنة بقول (لكل مجتهد نصيب). لا تجعل أشباح أحلامك السابقة طوق يقودك للإختناق والموت وإنما طوق يقودك للنجاة.

اقتل داخلك شبح التجارب السابقة المؤلمة وجدد طاقة الأمل والرجاء فليس كل البشر كما بعض وليست كل المحاولات تبدو بالفشل وكلما تذكرت فشلك تذكر هناك رب يصنع لك من الفشل طريق نجاح وماهو الفشل إلى خبرات تعلمت منها كيف تعبر بسلام، هذا الفشل كان أكبر درس من دروس الحياة. فالحياة مدرسة لا تضاهي أي تعليم بالمدارس والجامعات.

الخبرات الحياتية التي تميزك الصبح من الخطأ وترشدك كيف تخطو بخبرة واسعة وتجدد أمامك الفكر وتجعل منك موسوعة خبرات تميز بها عن الآخرين وكما يقال (سأل مجرب).

أشباح أحلامنا ما هي إلا مطاردات تبقى بالفشل أمام الصمود والتجدي والإصرار للوصول للهدف سواء كان هدف مرسوم بخيالك من السابق أو هدف حديث لك بحلم جديد وما أجمل الأحلام المتجددة معنا كل يوم.

أحلامنا لا تمضي ولا ترحل إلا لو أصيب الإنسان بالإحباط الشديد المصحوب باليأس وعدم الرجاء فهذا هو الفشل الحقيقي.

لاتيأس وأعد المحاولة، ومع كل حلم جديد ستجد متعة حقيقية وستجد النجاح بنهاية الطريق مهما مرت الأيام والسنين ومهما كثرت المحاولات والتجارب (لأياس مع الحياة ولا حياة مع اليأس).

اطرد أشباح حلمك السابق واخلق لك حلم جديد، لا تتكلم عنه ولا تقارنه بأي شيء ولا تقارن نفسك بأي شخص، كن نفسك وتذكر أنك البطل القادم مهما كان حلمك كبيراً أو صغيراً، يكفي أنه حلمك وحده وسبب سعادتك بهذه الحياة، وتأكد النجاح حليفك مادام هناك إيمان مصحوباً بالرجاء.



بقلم فاطمة ناعوت f.naoot@hotmail.com الكاتبة الصحفية والشاعرة الإعلامية المتميزة "هشام طلعت مصطفى... وقائمة "فوربس"

فورسيزونز وكيمبينيكي. وبحسب "ديلي نيوز إيجيبت"، فإن هذي التحالفات رفعت مستوى الخدمة الفندقية في مصر، وجذبت الشرائح السياحية الأعلى إنفاقاً؛ حتى غدت القاهرة وشرم الشيخ والإسكندرية محطات للضيافة الفاخرة، تضاوي نظيراتها في العواصم السياحية الكبرى. كما تشرف المجموعة على فنادق فورسيزونز نائل بلازا، وفورسيزونز مدينتي، وكيمبينيكي النيل، إلى جانب مشروعات جديدة تمتد من البحر الأحمر إلى الإسكندرية، في مشهد يبرهن أن مصر لم تعد مجرد محطة للسائح، بل وجهة فاخرة تفرض حضورها في خريطة السياحة العالمية، وأن بلادنا الطيبة لم تعد تستقبل السياحة وحسب، بل باتت تصنع الضيافة على مستوى عالمي رفيع. وإذا كانت الشراكات الفندقية قد رفعت اسم مصر في سوق السياحة العالمية ووضعنا في الصدارة، فإن المدن التي شيدتها "مجموعة طلعت مصطفى"، خلال العقود الماضية قد غيرت وجه الجغرافيا العمرانية للبلاد.

فمنذ مشروع الرحاب في تسعينيات القرن الماضي، مروراً بمدينتي وسيليا، على طريق السويس، وصولاً إلى "نور" المدينة الذكية، وغيرها من التجمعات العمرانية المتكاملة، نسجت خيوطاً حضارية حديثة ورسمت خريطة جديدة للحياة الحضرية في مصر.

فهذي المدن لم تكن تجمعات سكنية فحسب، بل محاور تنموية مهدت الطريق للعاصمة الإدارية الجديدة التي باتت علامة مصرية بارزة، ومدت شرايين عمرانية واقتصادية جديدة إلى الصحراء الشرقية، فخلقت مراكز جذب سكاني وخدمات متكاملة، وأعدت توزيع الكثافة بعيداً عن قلب القاهرة المثقل بالازدحام. تلك التجربة العمرانية الرائدة أثبتت أن التنمية ليست مباني فقط، بل رؤية فكرية تصنع المستقبل.

في كل عصر، تبرز أسماء تتجاوز حدود الاقتصاد لتصبح علامات فارقة في تاريخ الأمم. ولا شك أن "هشام طلعت مصطفى"، قد صار، ومنذ سنوات خلت، واحداً من تلك الأسماء القوية التي تتردد في الصالونات الاقتصادية والسياسية والتنموية والثقافية معاً، لا باعتباره رجل أعمال ناجحاً، بل بوصفه صانع مشهد جديد لمستقبل السياحة المصرية والعربية.

"هشام طلعت مصطفى" لم يتصدر قائمة فوربس وحده، بل حمل معه صورة مصر العظيمة إلى القمة في قطاع حيوي يتقاطع فيه الاقتصاد والثقافة، والتاريخ بالحداثة، والهوية الوطنية

بصفتها قائمة فوربس وحده، بل حمل معه صورة مصر العظيمة إلى القمة في قطاع حيوي يتقاطع فيه الاقتصاد والثقافة، والتاريخ بالحداثة، والهوية الوطنية

بصفتها قائمة فوربس وحده، بل حمل معه صورة مصر العظيمة إلى القمة في قطاع حيوي يتقاطع فيه الاقتصاد والثقافة، والتاريخ بالحداثة، والهوية الوطنية

بصفتها قائمة فوربس وحده، بل حمل معه صورة مصر العظيمة إلى القمة في قطاع حيوي يتقاطع فيه الاقتصاد والثقافة، والتاريخ بالحداثة، والهوية الوطنية

بصفتها قائمة فوربس وحده، بل حمل معه صورة مصر العظيمة إلى القمة في قطاع حيوي يتقاطع فيه الاقتصاد والثقافة، والتاريخ بالحداثة، والهوية الوطنية

بصفتها قائمة فوربس وحده، بل حمل معه صورة مصر العظيمة إلى القمة في قطاع حيوي يتقاطع فيه الاقتصاد والثقافة، والتاريخ بالحداثة، والهوية الوطنية

بصفتها قائمة فوربس وحده، بل حمل معه صورة مصر العظيمة إلى القمة في قطاع حيوي يتقاطع فيه الاقتصاد والثقافة، والتاريخ بالحداثة، والهوية الوطنية

بصفتها قائمة فوربس وحده، بل حمل معه صورة مصر العظيمة إلى القمة في قطاع حيوي يتقاطع فيه الاقتصاد والثقافة، والتاريخ بالحداثة، والهوية الوطنية

بصفتها قائمة فوربس وحده، بل حمل معه صورة مصر العظيمة إلى القمة في قطاع حيوي يتقاطع فيه الاقتصاد والثقافة، والتاريخ بالحداثة، والهوية الوطنية

بصفتها قائمة فوربس وحده، بل حمل معه صورة مصر العظيمة إلى القمة في قطاع حيوي يتقاطع فيه الاقتصاد والثقافة، والتاريخ بالحداثة، والهوية الوطنية

بصفتها قائمة فوربس وحده، بل حمل معه صورة مصر العظيمة إلى القمة في قطاع حيوي يتقاطع فيه الاقتصاد والثقافة، والتاريخ بالحداثة، والهوية الوطنية

بصفتها قائمة فوربس وحده، بل حمل معه صورة مصر العظيمة إلى القمة في قطاع حيوي يتقاطع فيه الاقتصاد والثقافة، والتاريخ بالحداثة، والهوية الوطنية

على وقع الجدل الدافع حول سبل الترويج للسياحة المصرية، مع العد التنازلي لافتتاح المتحف المصري الكبير، جاء خبر تصدّر راند التنمية العمرانية والسياحية "هشام طلعت مصطفى" قائمة "فوربس الشرق الأوسط" لأقوى قادة السياحة والسفر لعام ٢٠٢٥؛ يؤكد حضور مصر في صدارة المشهد السياحي الإقليمي والعالمي.

هذا حدثٌ جليل يُفرخ قلب مصر: أن يخرج من أبنائها عقلٌ تنموي جاذٍ نتج على مدى عقود في تعمير صحارى وتحويلها إلى بقاعٍ مشرقة بالنور نابضة بالحياة، حتى استحق هذا العام لقب "أقوى قائد في قطاع السياحة والسفر في المنطقة". إنجازٌ طيبٌ كهذا لن يعود على رجل الأعمال النابه وحده، بل يفتقر بصورة مصر الحديثة، ويكرّس قدرتها على المنافسة في القطاع الخاص، بعد أن ظل هذا القطاع لسنوات طوال حكراً على مؤسسات حكومية أو شركات تابعة لصناديق سيادية في دول الخليج.

فإن يتقدم رجل أعمال مصري على عمالقة السياحة في الشرق الأوسط، فهذا يعني أن القطاع الخاص المصري لم يعد لاعباً محلياً فحسب، بل غدا قوة إقليمية جبارة قادرة على صياغة مستقبل السياحة العربية. وكان لا بد أن ينعكس هذا التحول في مرآة العالم، فجاء تصدّر مصر لهذه القائمة شهادة حية على أن رأس المال الوطني إذا امتلك الرؤية والإرادة

والعلم، بوسعهم أن يزاحم في الصفوف الأولى عالمياً غير أن ما يرسخ هذا الإنجاز حقاً؛ ما ترويه الأرقام. فيحسب "فوربس الشرق الأوسط"، تدير "مجموعة TMG" أكثر من خمسة آلاف غرفة فندقية موزعة على أحد عشر فندقاً قائماً، فيما ينهض خمسة أخرى تحت التشييد في مصر والسعودية وعمان والعراق.

هذا الامتداد ليس مجرد توسع جغرافي، بل رسالة تؤكد أن السياحة المصرية لم تعد جزراً معزولة، بل خيوطاً متشابكة في نسج شرق أوسطي واسع. ووفق "ديلي نيوز" إيجيبت، حققت المجموعة مبيعات تراكمية بلغت 6.9 مليار دولار في الربع الأول من عام ٢٠٢٥، وقفزت إيراداتها الفندقية بنسبة خمسين في المئة لتصل إلى تسعة وستين مليون دولار.

هذي الأرقام لا تُروى بمعزل عن صانعها. فهي لا تنبض إلا حين تُترجم إلى رؤية، ولا تُثمر إلا حين يقودها عقلٌ يعرف أن التنمية ليست حساباً مصرفياً، بل مشروع حضاري ونهضوي متكامل.

لم يكتف المطور الرائد "هشام طلعت مصطفى" بتشيد الفنادق كبنية صامتة، بل منحها جوازاً حياً عبر شراكات عالمية مع علامات مرموقة مثل

خاص لجريدة كاريزما



بقلم كريستين عادل كاتبة وباحثة دكتوراه في الإعلام الرقمي "بصمتك"

لكل منا بصمة تميزه عن غيره. بصمة وجهه تحمل ملامح لا تتكرر، أو بصمة إصبع لا يشبهها أحد، أو بصمة عين تُفرد صاحبها عن كل البشر. لكن البصمات ليست حكراً على الجسد فقط؛ إنما تمتد إلى ما هو أبعد.

إن أعمق البصمات ليست في ملامحنا ولا في أعمالنا، بل في أرواحنا. الروح تحمل نبرة لا تتكرر، طاقة خاصة لا تتشابه، وحضوراً لا يختلط. فهي البصمة التي تشع في كل ما نفعله: في لغتنا، في تعاملنا، في أحلامنا، وفي اختياراتنا الصغيرة. هي البصمة التي تجعل وجودنا ذا معنى، وتجعل غيابنا ذا فراغ.

والكلمة واحدة من أعمق البصمات التي نتركها، لأنها ليست مجرد صوت عابر. قد تكون كلمة صغيرة، لكن وقعها لا يقاس بحجمها. كم من كلمة كانت كالنسيمة فأعادت الحياة إلى صدر يخبث! وكم من جملة أطلقت في لحظة صدق، فاستقرت في قلب إنسان وغيرت حياته للأفضل، والعكس صحيح.

كما أن العلاقات الإنسانية هي أكثر الصفحات التي تُسجّل فيها بصماتنا وضحاً. لأن العلاقات هي المرايا الحقيقية التي تعكس قيمة بصماتنا. قد تكون في وفاءك بوعد صغير، أو في صبرك



خاص لجريدة كاريزما

بقلم سلوى رزق

كاتبة وصحفية

ذكرياتنا الآن عازنا



حسب ما في قلبه من اوجاع او طلبات من اجل المرضى او من اجل اللذين في السجون او المحكوم عليهم في عبودية مرة ويرفعون صلوات من اجل الفقراء والمحتاجين ويصلون من اجل المساكين ويذكرون المنتقلين ويصلون صبوا وعزاء لذويهم.

5 - ذكريات للاوقات الروحية في الرحلات وزيارات الاديرة التي تفوح منها رائحة المسيح الذكية في حياة اولئك القديسين والقديسات ففى مصرنا المباركة تشع من جميع اتجاهات المشرق والمغرب والشمال والجنوب بركات ومعجزات يومية كانت توعد سراج حياتنا مهلهة بالذى احبنا واولدنا في هذه الازمنة الروحية لتكون من اعلی واثمن ما عشناه في حياتنا ولعلنا ننسى ذلك الزمن الضاع على انفسنا، يعيش بعض البشر اللامسئولية الروحية يطلقون السنتمهم كالرماح النارية على اولاد وبنات ربنا اللذين تربوا داخل هيكل صلواتهم.

اننى اطلب لهم ان يمنحهم الهنا الحنان القوى الاخلاق المسيحية التي نعلمها وكانت اساس تربيته وتربية اولادنا واحفادنا.

اخيرا ارجو ان يسامحنى قرانى الموقرين المحبوبين لى وهذه ضريبة الهجرة الى وطن جديد يقدم اليه الجيد والسيسى ...

خاص لجريدة كاريزما

بقلم جميل يوسف

رجلاً بحسب قلب الله

عندما نقرأ هذه العبارة ننسأل هل هناك رجلاً من الممكن ان يشبع قلب الله ويصنع مشيئته كامله؟ بل ويكون بحسب قلبه؟ والاجابه الفوريه هي انه من الصعب في هذا الزمان ان يتواجد ولكن ليس من المستحيل فهذه النوعيه من الرجال نادره الوجود ذا لانها لها مواصفات خاصه قد تتوفر فقط ببعض الرجال ولذلك رغبت اليوم ان اشارك معكم بشأن هذا الامر وما شغلني عندما قرأت ما ورد في سفر حزقيال اصحاح 22 والايه رقم 30 والله بذاته يتكلم ويقول انه طلب من بينهم رجلاً يبني جدار ويقف في الثغر امامه عن الارض لنلا يخربها فلم يجد وعندما اكملت البحث وجدت ان الله بذاته ايضا شهد عن نبي معروف لدينا بكلمات قمه في الروعه تعطينا أمل ورجاء انه من الممكن ان نجد هذا الرجل فقد تكلم عن النبي داود بسفر الاعمال والاصحاح 13 والعدد 22 وقال انه اقام لهم داود بن يس رجلاً حسب قلبي الذي سيصنع كل مشيئتي فهنا هو داود الذي اخطأ ولكنه تاب وكتب لنا مزموره الرابع رقم 51 والذي نحتاج جميعنا ان نصليه كل يوم الله بذاته شهد عنه انه رجلاً حسب قلبه ذا لانه كان صادقاً في توبته وكانت من قلب طاهر ولذا نظر الله الي قلبه ورأى توبته الحقيقيه وهنا دعوني اقولها بصداق ان النوعيه الاولى التي يبحث عنها الله وتكون بحسب قلبه هي من توبتها صادقه ومن قلب طاهر فعندما تتوب وتعترف لا تعود تكرر نفس الخطأ مره اخرى بل تحول الاتجاه بعيداً عن كل ما يجعلها تكرر هذا الخطأ ثانياً.

ودعوني اشارككم بثاني هذه النوعيات التي نشأتق ان تكون واحداً منهم وعندما واصلت بحثي وجدت احد رجال الله الامناء ومعروف لدينا بالنبي الناري نعم اتحدث عن ايليا ذلك النبي الواضح موحد الهدف الذي لا مجال عنده لمسك العصا من المنتصف بل شعاره اما الله او البعل فنقرأ ما ورد عنه في سفر الملوك الاول والاصحاح 18 والعدد 21 فيقول الكتاب انه تقدم الي جميع الشعب وقال حتى متى تعرجون بين الفرقتين ان كان الرب هو الله فأتبعوه وان كان البعل فأتبعوه فلم يجبه الشعب والحقيقه ان ايامنا تحتاج لرجل مثل ايليا يستطيع ان يرفع شعار الله أولاً وقبل كل شيء فلا مجال للقول المأثور ساعه لقلبك وساعه لربك كما يفعل الكثيرون في ايامنا وهذه هي المشكله أننا ذو رأيين وذو اتجاهين في الحياة وهذا ما حذرنا منه الهنا عندما تحدثت الي الفريسيين والكتبة انجيل معلمنا متي والاصحاح 23 والايه رقم 27 فيقول ويل لكم ايها الكتبة والفريسيين والمرأون لانكم تشبهون قبورا مبيضه تظهر من خارج جميله وهي من الداخل مملوءه عظام اموات وكل نجاسه احباني لتتحرر من كل رياء وزيف وهذا يتجلى بوضوح في مواقف كثيره فامام الناس تظهر بالثياب البيضاء الجميله المزركشه فلا تظهر عيوبنا الداخليه في الوقت الذي ينظر الله الي دواخلنا فيجد ما لا يسر او يسعد قلبه ليساعدنا الرب ان نكون موحدين الهدف واضحين مستقيمين لا مجال للوسطيه في حياتنا بل قلب واحد وكيان واحد داخله كخارجة لا يملأه سوي الله ومسرره قلبه ان يعمل ما يرضيه.

ثالثاً: دعوني اقدم لكم شخصيه اخرى قد لا يكثر عنها الحديث لكنه بحسب قلب الله الا وهي شخصيه ناثان النبي والذي ارسله الله الي داود النبي بعدما اخطأ في حق بشبع وقام بتدبير مقتل زوجها ذهب اليه وصارحه انه هو الرجل الذي يستحق ان يقتل نظير من ارتكبه من فعل مشين كان يظن ان الله تجاهله والامر قد مر من امامه بلا عقاب لكنه لم يخشى داود وهو الملك ولكنه بكل جراه صرح داود انه من ارتكب الشر ولم يخشى من رد فعله وهذا يمثل الرجل الذي يفضح الخطيه ولا يكتتمها كما يفعل الكثيرون فقد قال بسفر صموئيل الثاني الاصحاح 12 والايه رقم 7 لداود أنت هو الرجل هكذا قال الرب اله اسرائيل أنا مسحتك علي اسرائيل وأنقذتك من يد شاول وقد تبين الرسول بولس لذلك فقام بتحذيرنا في رسالته الاولى لاهل كورنثوس الاصحاح 6 والايه 12 فقال ان كل الاشياء تحل لي لكن ليس كل الاشياء توافق كل الاشياء تحل لي لكن لا يتسلط علي شيء وقام بالاصحاح 10 والايه 23 واطاف ان كل الاشياء تحل لي ولكن ليس كل الاشياء تبني من هنا نفهم ان الله يبحث عن رجل كنانان يفضح الخطيه بلا خوف حتي ولو كان مرتكبها الملك داود.

ورابعاً: اسمحو لي ان اقدم اليكم الرجل الرابع وقد اطلقت عليه الرجل الشبعان نعم اني اتحدث عن النبي البشع والذي استخدمه الله في شفاء نعمان السرياني من البرص وبعد الشفاء اراد ان يكرمه



ببعض الهدايا والعطايا لكن البشع رفض بالقول الوارد في سفر الملوك الثاني والاصحاح 5 والايه 16 وقال حي هو الرب الذي أنا واقف امامه اني لا اخذ والحي عليه ان يأخذ فأبي أين هذه النوعيه في ايامنا هذه الذي يعطي ولا ينتظر المقابل ذلك لان الرب سبب شعبه وغناه ولا يحتاج لانسان ان يغيثه أو يتفضل عليه ببعض العطايا والهبات ذا لان شعاره مجاناً أخذتم مجاناً أعطوا فقد تحدث سليمان النبي بسفر الامثال والاصحاح 27 والعدد 7 فيقول ان النفس الشبعانه تدوس العسل وللنفس الجانعه كل مر حلو وهذه حقيقه فلا يستطيع الانسان ان يخدم سيدين كما ورد بكتاب معلمنا متي والاصحاح 6 والايه 24 فيقول لا يقدر أحد ان يخدم سيدين لانه أما ان يبغض الواحد ويحب الآخر أو يلازم الواحد ويحتقر الآخر لا تقدر ان تخدموا الله والمال.

وخامساً: اقدم لكم مثال قمه في الروعه ذا لانه يهتم ببيته وأسرته وهم من أول الاشياء التي يعتني بها وأروع مثال لهذه الشخصيه هو يسوع النبي الذي قال بوضوح والاصحاح 24 من سفر يسوع والعدد 15 فيقول وأما أنا وبيتي فنعبد الرب من منا في هذه الايام يضع أسرته وحياتهم وابدانهم في اولوياته ويحرص علي خلاص نفوسهم كيشوع هذا الرجل هو رجل بحسب قلب الله يخاف علي أسرته وقد أوكل نفسه عليهم وكبلاً أميناً مثلما فعل سجان فليبي بسفر الاعمال والاصحاح 16 والايه 34 عندما قال انه اصعدهما (بولس وسبلا) الي بيته فقدم لهم مائده وتهلل مع جميع اهل بيته اذ كان قد آمن بالله يساعدنا الرب ان نهتم باسرنا ويكونوا أول الكل في الخوف عليهم وعلي مستقبله الابدي بدلا من تجاهل هذا ونفاجاً أنهم قد ذهبوا للحجيم الابدي يساعدنا الرب ان نهتم باسرنا لنلا يغيرهم العالم بملذاته ومغرياته وينتهي بهم المطاف في النار الابديه.

وسادساً وبكل الفخر اقدم لكم مثالا رائعاً لرجل بحسب قلب الله الا وهو يوسف الصديق الذي اتشرف ان اطلق عليه يوسف العفيف وذلك لانه رفض صنع الشر وهو في موقف العبد الذي عليه ان يطيع بلا مناقشه أوامر سيده التي طلبت منه ان يفعل الشر معها فنقرأ بسفر التكوين والاصحاح 39 والعدد 9 قوله المشهور فكيف اصنع هذا الشر العظيمة وأخطيء الي الله وهنا اذكر معكم قول سليمان الحكيم باصحاح 22 والايه رقم 3 قوله الرابع ان الذكي يبصر الشر فيتواري والحمقى يعبرون فيعاقبون وذلك لان هذا الامر ببديهي جدا فقد اضاف سليمان الحكيم ياصحاح رقم 6 والعدد 27 قوله ياخذ انسان نارا في حضنه ولا تحترق ثيابه بالطبع لا والغرض هنا ان نقول ان الرجل الذي بحسب قلب الله يرفض الشر حتي واكلفه الامر ان يلقي بالسجن كما حدث مع يوسف ولكنه نتيجة طهارته ورفضه للشر اكرمه الله بان يكون الثاني علي مصر بعد فرعون تحتاج ايامنا الي هذه النوعيه التي ترفع شعار الله اولاً فهو امامي في كل حين يعظنا الرب نعمه ان نضعه امامنا دائماً في كل موقف والصغير منها قبل الكبير.

وأخيراً دعوني اختم القول برجل رفض ان يعتمد علي علمه ومعرفته الا وهو موسي النبي الذي ورد عنه برساله العبرانيين والاصحاح 11 والعدد 25-24 فيقول بالايمان موسي لما كبر ابي ان يدعي ابن ابنه فرعون مفضلاً بالاحري ان يذل مع شعب الله علي ان يكون له تمتع وقتي بالخطيه وفي ايامنا هذه نجد الكثيرون مما يتقلدون الاقارب والتي لا يستحقونها بل يقوموا بشرائها بالمال املاً في اللقب كالدكتور والعميد ومن يبحث عنهم يجدهم لا يستحقون هذا اللقب لكنهم اشتروا املاً وطمعاً في احترام الناس لهم وصيغ صفة علي انفسه هم كل البعد عنها موسي رفض بعد 40 سنه من العلوم والتي ذكر عنها انه تهذب بكل حكمه المصريين الا انه رفض وفضل ان يذل مع شعب الله علي ان يعتمد علي علومه ومناصبه الزائله الله يبحث عن من يعمل اولاً ولا يعتمد علي القابه وتتويج الناس له وهذا ما ورد بانجيل معلمنا متي الاصحاح 5 والايه 19 فيقول وأما من عمل وعلم فهذا يدعي عظيماً في ملكوت السماوات.

يساعدنا الله ان نتعلم من مقال اليوم ونصلي ان نكون كهؤلاء الرجال كل منهم بصفاته الرائعه والتي يتوق كل منا ان يكون لنا حياتهم وشهاده الله عنهم أنهم رجال بحسب قلبه. مع محبتي القس المرمن - جميل يوسف

خاص لجريدة كاريزما من العراق

بقلم زياد كريمة

"وضع العمر يا ولدي"



ضاع العمر يا ولدي،

ضاع بين أوراق صفراء من فواتير قديمة، وحسابات لم تغلق، بين عتاب ما قيل، وقلوب اختارت البعد ولم تشرح السبب.

كنت أقول:

"اصبر... غداً يكون أسهل"

انتظرت الغد... فمضى الأسبوع، ثم العام، ثم العمر كله.

ومضيت أفنع نفسي أن الصبر مفتاح، ففتحت كل الأبواب... إلا باب الراحة.

هل أخبرك بشيء؟

لم أهزم من الحياة، بل من الناس.

من أولئك الذين مروا بي كالعابرين،

أخذوا من القلب نبضه، ثم مضوا دون سلام.

يا ولدي...

كنت أعد الأيام على أمل أن يعود دفء المشاعر،

أن تذوب القسوة في عيون أحببناها،

لكنها نظرت إلينا كغرباء...

وبينما كنت أرجو أن تمر الأزمنة، مرّ العمر نفسه... دون أن أشعر. تركت لنفسي وعدواً موجلة، ولم أنجز منها إلا الانتظار.

كبرت يا ولدي،

ولم أحقق شيئاً سوى أنني تعلمت كيف لا أنتظر أحداً، وكيف أتسم من خلف جدار الأم.

وها أنا الآن، أقف على حافة عمري، أعد أنفاسي الأخيرة، أمسك بذكرياتي كما يمسك الغريق بقشة، ولا يسعي إلا أن أهمس لك:

إياك أن تؤجل نفسك يا ولدي... كما فعلت أنا. فيضع الانتظارات لا تنتهي، لكنها تنهيك. ولا شيء أقسى من أن تكتشف متأخراً، أنك منحت الحياة عمراً كاملاً... دون أن تعيش.

Charisma Daily كاريزما

www.charismadaily.com



Mashney Realty, Inc.
License # 01835909

MASHNEY
REALTY



All Your Real Estate Needs

خبرة عريقة - خدمة سريعة - ثقة معهوده - كافة خدمات بيع وشراء العقارات

42 Years Combined Professional Experience

سكني - تجاري - محطات وقود - وحدات شقق سكنية - مستودعات تجارية - أراضى - إدارة العقارات - تأشيرات الاستثمار

(مدراء الشركات يمكنهم الحصول على فيزا المدير العام ثم الجرين كارت بعد سنة)



Victoria Abbey
Realtor



Sami Mashney
Real Estate Broker



Wissam Zalzali
Realtor

فرصة استثمارية ممتازة - لائحة كبيرة من العقارات تناسب ميزانيتك وإستثمارك

Tel: 714-612-0157

335 N Brookhurst St, Anaheim, CA 92801

www.MashneyLaw.com



USA PRO SERVICE INC

خبرة أكثر من 25 سنة
متخصصين في تجديد وصيانة البيوت

سباكة - كهرباء - دهانات - أرضيات

تجديد وإضافة المطابخ والعمارات للبيوت والجاسي - تحويل الجراج الى شقة - تجديد الكهرباء - تجديد السباكة
تجديد التكيف والتدفئة - تجديد الأرضيات والسيراميك - تجديد الدهانات
وعمل المساحات الخاصة بالـ patio والـ BBQ
متخصصين في جميع أنواع المقاولات وكل التخصصات
إضافة ADU الى البيت
معنا فريق عمل متخصص ومهترف بترخيص وذو خبرة ومؤمن عليهم



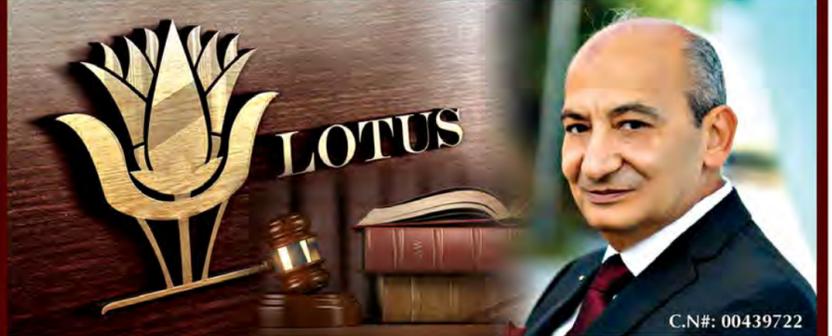
Remodeling

- Professionals for remodeling and maintaining all types of houses.
- Experts in kitchen and bathroom remodeling.
- Skilled in adding new ADUs to houses.
- Experienced in all electrical work.
- Proficient in plumbing.
- Competent in air conditioning and heating systems.
- Knowledgeable in flooring and ceramics.
- Adept at painting.
- Capable of creating patio and barbecue areas

+1(888)912-5714

info@usaproserviceinc.com

www.usaproserviceinc.com



لوتس LOTUS

عاطف منصور (عاطف داوس) AKA.
Immigration consultant
Egyptian legal consultant
Supreme Court Attorney in Egypt

مستشار للهجرة بكاليفورنيا
مستشار للقوانين المصرية بأمریکا
مهامى بالنقض والدستورية العليا بمصر

- متخصصون في خدمات الهجرة والجنسية بالولايات المتحدة الأمريكية
- برامج اللجوء - حالات لم الشمل - الإقامة والتأشيرات - جميع أنواع الفيزا
- تقديم طلبات البطاقة الخضراء (Green Card)
- تقديم طلبات الجنسية (Citizen)
- إذا كان لديك إستشارة قانونية متعلقة بالقوانين المصرية أو قضية بالمحاكم المصرية فنحن أول مكتب محاماه مصرى معتمد بكاليفورنيا

للإستشارة والمزيد من المعلومات إتصلوا بنا على

Phone: + 1(818) 818-2590

Email: ATEFDAMES@YAHOO.COM

نتكلم العربية

iCareRx
PHARMACY

www.icare-rx.com

(562) 804-0101

(562) 804-0099

We speak
Spanish



نوصيك كافة الادوية الي اماكن نوا جدكم

تخفيضات لكبار السن والطلاب

نوصيك الادوية بنفس يوم الطلب

كتابة التعليمات علي عب الادوية باللغة العربية



17413 BELLFLOWER BLVD,
BELLFLOWER, CA 90706

info@icare-rx.com



FREE SAME
DAY DELIVERY

SAINT MAURICE

Coptic Orthodox Church

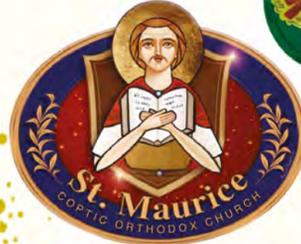
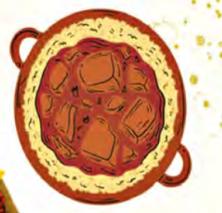
18th Annual Festival

Friday, October 10

Saturday, October 11

Sunday, October 12

- Mediterranean Food
- Christian Gifts
- Souvenirs
- Kids Activities



3803 W Mission Blvd.

Pomona, CA 91766

Free remote parking and

shuttle service available

No pets allowed



الأنعام
الضاد

الكنيسة الإنجيلية العربية
Arabic Evangelical Church
محبة - مصلية - كارد - love - pray - witness



من حفاك
حياة جديدة.. حياة سعيدة



الدكتور/ زكريا استاورو



القسيس/ سامح حنا



الأخ/ سعيد رمضان



الأخت/ إيفا رأفت



الأخت/ منال سمير

Sept | 12-13-14 | 2025

الجمعة: ٧:٣٠ مساءً

السبت: ١١ صباحاً + ٣ مساءً (خدمة للمتزوجين) + ٦ مساءً

الأحد: ١١ صباحاً + ٤ مساءً

الدعوة عامة للجميع تعال وادعو آخرين

يوجد (خدمة) أطفال و شباب

8109 Greenleaf Ave., Whittier, CA 90602

J MEDLEY
J ALLA

Presents



Directed by
Hatem Mounir

3rd Concert *A Celebration of The Legend*

Magdy El Hosiny

Sep 20, 2025

@ 6:00 PM

714-260-1400

Witness this historic night

BUY TICKETS NOW

YallaMedley.com



36Photography

The Auditorium 512 Bradford Ave, Placentia, CA 92870



Annual Festival & Fair

St. John Coptic Orthodox Church Covina

Friday to Sunday

Sep 26 & 27 & 28 From 10 AM

Free Admission - Free Parking - Daily Liturgy Food & Drink
Crafts - Books, CD's - Icons - Gifts - Kids Play Ground

المعرض السنوي لكنيسة مار يوحنا بكوفينا - كاليفورنيا

تحت رعاية نيافة الحبر الجليل الأنبا سرابيون مطران لوس أنجلوس

الإحتفال السنوي للمعرض أيام الجمعة 26 سبتمبر والسبت 27 و الأحد 28 سبتمبر 2025 من العاشرة صباحاً

قداست صباحية - أكالات شرقية - كتب - صور - أيقونات - هدايا وتحف - ألعاب للأطفال - تعال وأدعوا آخرين

21329 E Cienega Ave Covina, CA 91724 - (909) 592-9947

عادل لطفى Adel Lotfy

Broker Associate



DRE# 01104445



MGR
Real Estate
Commercial Brokerage

لتلبية إحتياجاتكم في كاليفورنيا
من شراء وبيع كافة العقارات
التجارية والإستثمارية والسكنية والأراضي

Sales, Purchasing, Leasing, 1031 Exchange &
Properties Management.

✓ Sales, ✓ Purchasing, ✓ Leasing, ✓ 1031 Exchange
✓ Properties Management

For all Varieties of Commercial and Residential Properties,
Business Opportunities, Land, Shopping and Retail Centers,
Office Buildings, Apartments Buildings and Industrial Buildings.

Direct: 949-842-2121

Email: adellotfy21@aol.com



Maurice Hanna
Certified Public Accountant

خبرة أكثر من عشرون عاماً بكبرى مكاتب المحاسبة العالمية

Over 20 Years Of Experience In The Biggest
Accounting Firms Worldwide Now Within a Reach

→ Our Services include:

Assurance Services:

- Financial Statements Audit
- Review and Compilation

Tax Services:

- Individual tax returns
- Corporations and LLCs
- Client representation before Federal, State, and local tax authorities
- Tax exemptions for non profits and religious organizations

Accounting, Bookkeeping
and Payroll Services:

- Bookkeeping Services
- Sales tax returns and reconciliations
- Payroll services and payroll tax returns

Consulting Services:

- Help in selecting the entity that best fit your needs
- Incorporate businesses in most States
- Business plan
- Training

← خدماتنا تشمل :

المراجعة وتدقيق الحسابات :

- مراجعة وإعتماد القوائم المالية
- فحص محدود وتجميع القوائم المالية

خدمات الضرائب :

- إعداد الإقرارات الضريبية للأفراد
- شركات المساهمة والمسؤلية المحدودة
- تشيكم أمام الضرائب والمساعدة في حل جميع أنواع المشاكل الضريبية
- الإعفاءات الضريبية للمنظمات الخيرية والدينية

إمسك الدفاتر وإعداد
مرتبات العاملين :

- إمساك الدفاتر والسجلات المالية
- إعداد إقرارات ضريبة المبيعات الشهرية والتسويات الدورية
- إعداد ضرائب المرتبات والتسويات الدورية

الخدمات الإستشارية :

- المساعدة في إختيار الشكل القانوني الأنسب لنشاطك
- تأسيس الشركات
- إعداد دراسات الجدوي الاقتصادية للمشروعات
- إعداد الدورات التدريبية للمعايير المحاسبية وتطبيقاتها

نقدم خدماتنا من خلال مكاتبنا بكاليفورنيا والقاهرة
Our offices are in California, USA and Cairo, Egypt

California: 15338 Central Ave. - Chino CA 91710

القاهرة 1 شارع الجزيرة الوسطى - أبراج المصرى برج ب
الزمالك 11211 ت 0698-8886-2012+ و جدى صباح
Appointments available during tax season from 9am to 9pm

(909) 222-1947
www.hanna-cpa.com

PENCE WEALTH MANAGEMENT

Planning For Your Dreams

Pence Wealth Management will help you unlock your Financial Freedom and plan for your dreams. We specialize in empowering business owners, high-net-worth individuals, and retirees across Southern California to live their best lives without compromise.

Our award-winning advisors and extensive in-house investment team offer a comprehensive array of investment opportunities, tax planning, estate planning, and financial planning services designed to build and protect your legacy wealth.

We speak nine different languages and are proud to represent different cultures from all over the world. Pursue your dreams. Join the Pence family today!



Laila Pence, CFP®, AIF®

President
 LPL Registered Principal

Laila Pence has been recognized by the financial services industry for her many achievements. Her most recent awards include:

Financial Services

- Financial Planning
- Retirement Planning
- Tax Planning
- Philanthropy
- Estate Planning
- Investment Management

1.800.731.3623



PenceWealth.com

All Financial Consultants at Pence Wealth Management are Registered Representatives with, and securities and Advisory services offered through LPL Financial, a Registered Investment Advisor, Member FINRA & SIPC.

The Forbes Best-In-State Wealth Advisor ranking, developed by SHOOK Research, is based on in-person and telephone due diligence meetings and a ranking algorithm that includes: client retention, industry experience, review of compliance records, firm nominations; and quantitative criteria, including: assets under management and revenue generated for their firms. Portfolio performance is not a criterion due to varying client objectives and lack of audited data. Neither Forbes nor SHOOK Research receives a fee in exchange for rankings.

The Forbes ranking of America's Top Women Wealth Advisors, developed by SHOOK Research, is based on an algorithm of qualitative and quantitative data, rating thousands of wealth advisors with a minimum of seven years of experience and weighing factors like revenue trends, assets under management, compliance records, industry experience and best practices learned through telephone and in-person interviews. Portfolio performance is not a criterion due to varying client objectives and lack of audited data. Neither Forbes nor SHOOK receives a fee in exchange for rankings.

Barron's Top 100 & Top 1200 is based on assets under management, revenue produced for the firm, regulatory record, quality of practice and philanthropic work.

Barron's Hall of Fame (2019) Advisors appearing in the rankings have answered 100-plus questions about their practices in our annual survey. The questionnaire addresses a wide range of data points, including the assets the advisors oversee, the revenue they collect on those assets, the industry designations they possess, their regulatory records, the length of time they've been in the industry, their charitable and philanthropic work, the investment vehicles they use to allocate assets, the sizes and shapes of their teams, and more. The rankings specifically do not factor in investment performance, as returns are tied inextricably to the risk tolerances of individual clients; to reward outside returns would be to encourage advisors to chase them. Instead, Barron's use assets and revenue as their primary quantitative measures, as clients tend to express their satisfaction by voting with their assets and their fees.

As of 6/30/2024, the total assets serviced by PWM through LPL Financial consist of over \$1.93 billion in advisory and \$151 million in brokerage assets.
 Laila Marshall-Pence CA Insurance License #0545421

كاليفورنيا تحتفل بتولي الهندسة دينا الطوانسي منصب مديرة إدارة النقل كأول سيدة من أصول مصرية عربية



التغطية الإعلامية: وائل لطف الله - تصوير: أيمن سمعد

ودعا إلى دعم الكفاءات المصرية والعربية للوصول إلى مواقع صنع القرار في الولايات المتحدة.

مشاركة الجمعيات والفنون:

ولم يقتصر التكريم على الجانب الرسمي والدبلوماسي، إذ بادرت الجمعية العربية الأمريكية للمهندسين والمعماريين في كل من كاليفورنيا وواشنطن دي سي بتكريم خاص للمهندسة دينا الطوانسي.

كما فاجأ المايسترو نبيل عزام الحضور بهدايتها معزوفة موسيقية بالنوتة مكتوبه ومؤلفه خصيصاً وتحمل اسمها بعنوان "دينا"، لتكون إحدى أبرز لحظات الحفل. وقد حضر المناسبة أكثر من مئتي ضيف، من بينهم أصدقاء الطوانسي القدامى من المدرسة والجامعة، الذين جاؤوا من مختلف الولايات الأمريكية وكندا لمشاركتها هذه اللحظة التاريخية.

مسيرة مهنية متميزة:

تعد المهندسة دينا الطوانسي من الكفاءات الرفيعة في قطاع النقل والبنية التحتية. فقد تدرجت في مناصب عدة داخل هيئة النقل بولاية كاليفورنيا، وبرز اسمها في إدارة المشروعات الكبرى للطرق السريعة والجسور، حيث عرفت بقدرتها على الجمع بين الرؤية الاستراتيجية والإدارة العملية. ومع تعيينها كمديرة عام للهيئة، أصبحت مسؤولة عن ميزانية تقارب 20 مليار دولار وفريق عمل يتجاوز 22 ألف موظف، يديرون أكثر من 50

شهدت ولاية كاليفورنيا حدثاً استثنائياً أبرز بفخر إنجازات المصريين والعرب في الخارج، حيث أقيم احتفال خاص لتكريم الهندسة دينا الطوانسي بمناسبة تعيينها كمديرة عام لإدارة النقل بولاية كاليفورنيا (Caltrans) لتصبح بذلك المدير الخامس والثلاثين للإدارة. وبهذا الإنجاز التاريخي، أصبحت أول سيدة من أصول مصرية عربية تتولى هذا المنصب القيادي المرموق في تاريخ الولاية.

تكريم رسمي ودبلوماسي:

جاءت الاحتفالية بحضور رفيع المستوى، حيث قامت القنصلية المصرية العامة في لوس أنجلوس بتكريم الطوانسي في حضور سعادة السفير الدكتور حسام الدين علي، القنصل العام لجمهورية مصر العربية بلوس أنجلوس وولايات الساحل الغربي. وقد ألقى السفير كلمة أشاد فيها بجهودها الاستثنائية ومثابرتها، مؤكداً أن إنجازها يمثل مصدر إلهام وفخر ليس فقط للجالية المصرية بل لكل العرب في الولايات المتحدة.

حضور الجالية والاتحاد العام للمصريين في الخارج:

كما كان للاتحاد العام للمصريين في الخارج بأمريكا دور بارز في هذا التكريم، حيث شارك رئيس الاتحاد رجل الأعمال السيد/ رافت صليب، الذي أكد في كلمته أن نجاح الطوانسي يعكس صورة مشرفة للمصريين في المهجر. وشارك أيضاً النائب المهندس هشام ستيتة الذي أثنى على إنجازها الكبير

ألف ميل من الطرق السريعة و20 ألف جسر، إضافة إلى متابعة مشروعات النقل الجوي والشبكات الكهربائية.

جذور مصرية وحلم أمريكي:

ولدت دينا الطوانسي في أسرة مصرية عربية حملت معها قيم العمل الجاد والإصرار على النجاح. درست الهندسة في الولايات المتحدة، وبدأت مسيرتها المهنية بخطوات ثابتة داخل مؤسسات النقل والبنية التحتية. وقد وصفت لحظة أدائها القسم الرسمي لتولي منصبها الجديد بأنها "لحظة لا تنسى"، إذ جمعت بين مشاعر الانتماء العميق لجورها المصرية والفخر بالوطن الجديد الذي أتاح لها فرصة العطاء والقيادة.

فخر للعرب والمصريين:

الاحتفالية لم تكن مجرد مناسبة رسمية، بل عكست مشاعر الاعتزاز العميق لدى الجالية المصرية والعربية في كاليفورنيا، الذين اعتبروا إنجاز الطوانسي شهادة حية على قدرة أبناء الوطن على التميز عالمياً. وقد وصفها الكثيرون بأنها نموذج مشرف للمرأة العربية التي تثبت حضورها وكفاءتها في أكثر المجالات حيوية وتأثيراً في المجتمع الأمريكي.

Grand Celebration for Eng. Dina El-Tawansy's Appointment as Director of Caltrans

Media Coverage by: Wael Loutfalla
Photography by: Ayman F Saad

The State of California witnessed a remarkable event that proudly highlighted the achievements of Egyptians and Arabs abroad, as a special celebration was held to honor Eng. Dina El-Tawansy on the occasion of her appointment as the 35th Director of the California Department of Transportation (Caltrans). With this historic achievement, she became the first woman of Egyptian-Arab descent to hold this prestigious leadership position in the state's history.

Official and Diplomatic Recognition:

The celebration was marked by distinguished attendance, with the Consulate General of Egypt in Los Angeles presenting a special honor to Eng. El-Tawansy. His Excellency Ambassador Dr. Hossam El-Din Aly, Consul General of Egypt, praised her exceptional dedication and perseverance, stressing that her accomplishment stands as a source of pride and inspiration not only for the Egyptian community but for Arabs across the United States.

Egyptian Expatriates' Union and Community Presence:

The General Union of Egyptians Abroad in America also played a prominent role in the event. Businessman Mr. Raafat Salib, President of the Union, emphasized in his remarks that El-Tawansy's success reflects the honorable image of Egyptians abroad. Deputy Engineer Hesham Sitita also commended her outstanding achievement and called for stronger support of Egyptian and Arab talents aspiring to leadership positions in the United States.

Associations and Cultural Tributes:

The recognition extended beyond official and community institutions. The Arab American Association of Engineers and Architects at both California and the National level, also honored Eng. El-Tawansy. Adding a unique artistic touch, Maestro Nabil Azzam surprised the audience by dedicating a musical composition written in her name, titled "Dina", performed as a special tribute during the evening. The celebration was attended by over 200 guests, including many of El-Tawansy's longtime friends from school and university, who traveled from various U.S. states and Canada to share in this historic moment.

A Distinguished Professional Journey:

Eng. Dina El-Tawansy is recognized as one of the most accomplished professionals in the field of transportation and infrastructure. She has risen through several lead-

ership positions within Caltrans, earning a reputation for her ability to combine strategic vision with practical management in overseeing major highway and bridge projects. As Director of Caltrans, she now oversees a budget of nearly \$20 billion and leads a workforce of more than 22,000 employees responsible for managing over 50,000 miles of highways, 20,000 bridges, as well as aviation and rail projects across the state.

Egyptian Roots, American Dream:

Born into an Egyptian-Arab family that instilled in her the values of hard work and determination, El-Tawansy pursued her engineering studies in the United States and steadily built her career within transportation and infrastructure institutions. She described the moment of taking the official oath of office as an "unforgettable moment," blending a deep sense of pride in her Egyptian roots with gratitude to her new homeland for the opportunities to serve and lead.

Pride for Egyptians and Arabs:

The celebration was not only an official event but also a heartfelt gathering that reflected the deep pride of the Egyptian and Arab communities in California. Many attendees described El-Tawansy as a role model for Arab women, whose success demonstrates competence, leadership, and resilience in one of the most vital and influential sectors in American society.



سيطرة نجوم بيراميدز على جوائز حفل "دير جيست" لعام 2025

اكتسح فريق بيراميدز منافسيه بعد أن توج نجومه بـ 6 جوائز بحفل "دير جيست"، حيث فاز الكرواتي كرونسلاف يورشيتش بجائزة أفضل مدير فني، وفاز هاني سعيد بجائزة أفضل لاعب وسط.

فيما فاز النجم المغربي محمد الشيبني بجائزة أفضل ظهير أيمن، وتوج مهند لاشين بجائزة أفضل لاعب وسط، وفاز مصطفى فتحي بجائزة أفضل لاعب جناح وفاز النجم الكونغولي فيستون مايلي بجائزة أفضل مهاجم.

وتوج محمود الخطيب بجائزة أفضل رئيس نادي، وفاز إمام عاشور بجائزتي أفضل لاعب هدف.

كما فاز من الأهلي محمد الشناوي بجائزة أفضل حارس مرمى، ومروان عطية بجائزة أفضل لاعب وسط.

وفازت في كرة القدم النسائية للنادي الأهلي اللاعبه حبيبة عصام بجائزة أفضل لاعبه.

فيما توج حسام عبد المجيد لاعب الزمالك بجائزة أفضل مدافع.

في المقابل، فاز فريق زد إف سي بجائزة أفضل قطاع ناشئين.

إحصائيات

ترتيب الهدافين الافارقة في تاريخ الدوري الاطربي الممتاز

186	محمد صلاح
111	ساديو ماني
104	ديديه دروجبا
97	إيمانويل اديبايور
82	رياض محرز
77	ياكوبو ايجيبيني
69	أوبوميانج



NO.	TEAM	GOALS
1	REAL MADRID	450
2	MAN UNITED	145
3	JUVENTUS	101
4	AL-NASSR	100



كريستيانو رونالدو.. المثوية الرابعة:

وصل كريستيانو رونالدو للهدف رقم 100 مع النصر السعودي بعدما سجل هدف التقدم في نهائي كأس السوبر السعودي.

وسجل رونالدو إجمالاً 801 هدفاً مع الأندية (سبورتينج لشبونة ومانشستر يونايتد ويوفنتوس وريال مدريد والنصر) بالإضافة لـ 138 هدفاً مع منتخب البرتغال.

ووصل البرتغالي للهدف رقم 939 في مسيرته الكروية سواء مع الأندية والمنتخبات أكثر من سجل في تاريخ كرة القدم بشكل رسمي.

وأصبح رونالدو أول لاعب في تاريخ كرة القدم يسجل 100 هدف أو أكثر مع 4 فرق بالإضافة لمنتخب بلاده.

فسجل البرتغالي 100 هدف أو أكثر مع مانشستر يونايتد ويوفنتوس وريال مدريد والنصر بالإضافة لمنتخب بلاده.

فريدة خليل.. ملكة الخماسي الحديث دون منازع:

علم مصر يعتني بولندا وألمانيا في منصة تتويج بطولة العالم للخماسي الحديث للشباب بفوز بطلتنا فريدة خليل بالميدالية الذهبية لبطولة العالم في مشهد تاريخي.

فريدة خليل - 14 عام - تفوز بلقب بطولة العالم للخماسي الحديث تحت 19 عاماً في ليتوانيا.

هذه هي الميدالية الذهبية السادسة لها هذا العام: ذهبية بطولة العالم تحت 21 عام في المجر ذهبية بطولة العالم تحت 19 عام في ليتوانيا ذهبية بطولة العالم تحت 17 عام في جنوب أفريقيا.

ذهبية نهائي كأس العالم للكبار في الاسكندرية ذهبية كأس العالم للكبار في القاهرة ذهبية كأس العالم للكبار في بلغاريا فضية كأس العالم للكبار في المجر

مصر ضمن أكثر 100 دولة تصديراً للاعبين المحترفين:

تواجدت مصر ضمن أكثر 100 دولة بالعالم تصديراً للاعبين المحترفين في الدوريات المختلفة في عام 2025 بعد انتهاء الموسم الكروي وفقاً لمركز الدراسات الرياضية السويسري "cies" الشريك التعليمي للاتحاد الدولي لكرة القدم "فيفا".

وأوضح تقرير منشور على الموقع الرسمي للدراسات الرياضية أن مصر نجحت في تصدير 29 لاعباً في عام 2025 وأنه العدد الأكبر للاعبين المصريين في السنوات الخمس الماضية.

وارتفع عدد المحترفين في الدوريات المختلفة بواقع 7 لاعبين عن العام السابق، بزيادة قدرها 26% بالتساوي مع كل من جنوب أفريقيا، وبيرو ولوكسمبورج.

وتنوع تواجد المحترفين المصريين في عددًا من الدوريات الكبرى أبرزها قطر 7 لاعبين والتي تصدرت القائمة يليها الدوري السعودي، و3 فرسنا، ومثلهم بالإمارات، و2 في كل من التشيك، إنجلترا، اليونان، بينما تواجد لاعب واحد في كل من ألبانيا، بلجيكا، قبرص، لبنان، روسيا، تايلاند.



ويتصدر الدولي المصري محمد صلاح لاعب ليفربول قائمة اللاعبين المصريين مع سام مرسى نجم فريق ايسويتش تاون، ومحمود تريزييه لاعب الأهلي العائد من الاحتراف، ومصطفى محمد ومحمد عبد المنعم وكوكا في الدوري الفرنسي، وعمرو وردة في قبرص.

ويتمتع محمد صلاح بأفضل جناح أيمن في العالم لعام 2025.

وجاء نجم منتخبنا الوطني ونادي ليفربول الإنجليزي، كأفضل جناح أيمن في العالم لموسم 2025، متفوقاً على ليونيل ميسي نجم إنتر ميامي.

وقالت الشبكة: «يواصل محمد صلاح إرساء معايير ذهبية للاعب الجناح الأيمن عالمياً، بفضل إنتاجه الاستثنائية وقدرته التهديفية الفاتحة، حيث يبقى الجناح الأكثر خطورة على دفاعات الفرق المنافسة في العالم».

وتفوق محمد صلاح على بوكايو ساكا نجم منتخب إنجلترا ونادي أرسنال الذي حل ثانياً، بينما جاء لامين يامال نجم منتخب إسبانيا وبرشلونة الإسباني في المرتبة الثالثة.

بينما جاء بطل أوروبا عثمان ديمبيلي جناح منتخب فرنسا وباريس سان جيرمان الفرنسي في المركز الرابعة.

وإلى جانب ذلك، فإن محمد صلاح يحتل المركز الثاني في قائمة أفضل لاعبي الجناح الأيمن في العالم لعام 2025، متفوقاً على ليونيل ميسي نجم إنتر ميامي.

وقالت الشبكة: «يواصل محمد صلاح إرساء معايير ذهبية للاعب الجناح الأيمن عالمياً، بفضل إنتاجه الاستثنائية وقدرته التهديفية الفاتحة، حيث يبقى الجناح الأكثر خطورة على دفاعات الفرق المنافسة في العالم».

وتفوق محمد صلاح على بوكايو ساكا نجم منتخب إنجلترا ونادي أرسنال الذي حل ثانياً، بينما جاء لامين يامال نجم منتخب إسبانيا وبرشلونة الإسباني في المرتبة الثالثة.

بينما جاء بطل أوروبا عثمان ديمبيلي جناح منتخب فرنسا وباريس سان جيرمان الفرنسي في المركز الرابعة.

وإلى جانب ذلك، فإن محمد صلاح يحتل المركز الثاني في قائمة أفضل لاعبي الجناح الأيمن في العالم لعام 2025، متفوقاً على ليونيل ميسي نجم إنتر ميامي.

وقالت الشبكة: «يواصل محمد صلاح إرساء معايير ذهبية للاعب الجناح الأيمن عالمياً، بفضل إنتاجه الاستثنائية وقدرته التهديفية الفاتحة، حيث يبقى الجناح الأكثر خطورة على دفاعات الفرق المنافسة في العالم».

وتفوق محمد صلاح على بوكايو ساكا نجم منتخب إنجلترا ونادي أرسنال الذي حل ثانياً، بينما جاء لامين يامال نجم منتخب إسبانيا وبرشلونة الإسباني في المرتبة الثالثة.

بينما جاء بطل أوروبا عثمان ديمبيلي جناح منتخب فرنسا وباريس سان جيرمان الفرنسي في المركز الرابعة.

وإلى جانب ذلك، فإن محمد صلاح يحتل المركز الثاني في قائمة أفضل لاعبي الجناح الأيمن في العالم لعام 2025، متفوقاً على ليونيل ميسي نجم إنتر ميامي.

وقالت الشبكة: «يواصل محمد صلاح إرساء معايير ذهبية للاعب الجناح الأيمن عالمياً، بفضل إنتاجه الاستثنائية وقدرته التهديفية الفاتحة، حيث يبقى الجناح الأكثر خطورة على دفاعات الفرق المنافسة في العالم».

وتفوق محمد صلاح على بوكايو ساكا نجم منتخب إنجلترا ونادي أرسنال الذي حل ثانياً، بينما جاء لامين يامال نجم منتخب إسبانيا وبرشلونة الإسباني في المرتبة الثالثة.

بينما جاء بطل أوروبا عثمان ديمبيلي جناح منتخب فرنسا وباريس سان جيرمان الفرنسي في المركز الرابعة.

وإلى جانب ذلك، فإن محمد صلاح يحتل المركز الثاني في قائمة أفضل لاعبي الجناح الأيمن في العالم لعام 2025، متفوقاً على ليونيل ميسي نجم إنتر ميامي.

وقالت الشبكة: «يواصل محمد صلاح إرساء معايير ذهبية للاعب الجناح الأيمن عالمياً، بفضل إنتاجه الاستثنائية وقدرته التهديفية الفاتحة، حيث يبقى الجناح الأكثر خطورة على دفاعات الفرق المنافسة في العالم».

وتفوق محمد صلاح على بوكايو ساكا نجم منتخب إنجلترا ونادي أرسنال الذي حل ثانياً، بينما جاء لامين يامال نجم منتخب إسبانيا وبرشلونة الإسباني في المرتبة الثالثة.

بينما جاء بطل أوروبا عثمان ديمبيلي جناح منتخب فرنسا وباريس سان جيرمان الفرنسي في المركز الرابعة.

وإلى جانب ذلك، فإن محمد صلاح يحتل المركز الثاني في قائمة أفضل لاعبي الجناح الأيمن في العالم لعام 2025، متفوقاً على ليونيل ميسي نجم إنتر ميامي.

وقالت الشبكة: «يواصل محمد صلاح إرساء معايير ذهبية للاعب الجناح الأيمن عالمياً، بفضل إنتاجه الاستثنائية وقدرته التهديفية الفاتحة، حيث يبقى الجناح الأكثر خطورة على دفاعات الفرق المنافسة في العالم».



بثلم / صموئيل ونيس

خاص لجريدة كاريزما

5- تعديل القانون 11 - التسلل:

يتم اعتماد أول نقطة تماس عند تحديد التسلل. عند رمية حارس المرمى، يُعتمد آخر تماس لزيادة الدقة.

6- تعديل القانون 12 - الأخطاء وسوء السلوك: إذا أمسك الحارس الكرة لأكثر من 8 ثوانٍ: تُحتسب ركلة ركنية للمنافس.

لا إنذار إلا إذا تكررت الحالة. الركلة الحرة غير المباشرة لا تزال تُطبق في حالات:

- السيطرة على الكرة أكثر من 6 ثوانٍ دون لعبها

- لمسها مرة أخرى قبل أن يلمسها لاعب آخر

- لمسها بعد تمريرة أو رمية تماس من زميل

7- تعديل القانون 16 - ضربة المرمى:

إذا خرجت الكرة بالكامل من خط المرمى دون أن تسجل وكان آخر من لمسها مهاجم، تحتسب ضربة مرمى.

8- تعديل القانون 17 - الركلة الركنية:

تمنح الركلة الركنية إذا خرجت الكرة بالكامل من خط المرمى بعد لمس لاعب مدافع / دون تسجيل هدف.

الفرعنة أبطال العرب لكرة الطائرة للناشئين

إنجاز جديد يضاف لسجل الرياضة المصرية.. منتخبنا الوطني تحت 19 عامًا يتوج بلقب البطولة العربية السابعة عشر للناشئين.

أبطالنا الشباب حصدوا اللقب بالعلامة الكاملة وبدون أي هزيمة.

ذهب جديد يضاف للسجلات المصرية.

منتخب مصر للخماسي الحديث سيد العالم في اللعبة!

حقق ذهبية الفردي وذهبية الفرق في بطولة العالم لنبات الخماسي الحديث بليتوانيا حيث فازت البطلة فريدة خليل بالميدالية الذهبية..

ميسي يقود إنتر ميامي لنهائي كأس الدوريات الأمريكية:

سجل النجم الأرجنتيني ليونيل ميسي هدفين ليقود فريقه إنتر ميامي للفوز على أورلاندو سيتي 3-1 للتأهل إلى نهائي كأس الدوريات لكرة القدم.

ويلتقي إنتر ميامي في المباراة النهائية مع سياتل ساوندرز الذي تغلب على لوس أنجلوس غالاكسي بهدفين دون رد.

وعاد ميسي إلى المشاركة للمرة الثانية خلال أسبوعين بعد انتكاسة في تعافيه من إصابة في أوتار الركبة.

مباراتان تفصلنا عن التأهل الرابع، حسام حسن في اختبار هام للغاية:

استقر الجهاز الفني لمنتخب مصر بقيادة حسام حسن، على ضم 6 لاعبين لقائمة المنتخب لمعسكر سبتمبر لخوض مباراتي إثيوبيا وبوركينا فاسو يومي 5 و9 سبتمبر الجاري.

وحدد حسام حسن مجموعة من لاعبي الأهلي، في مقدمتهم ثنائي حراسة المرمى، محمد الشناوي ومصطفى شويبر.

كما استقر العميد، على ضم أحمد رمضان بيكهام وأحمد مصطفى زيزو ومحمود حسن تريزييه ومحمد هاني.

وتقلصت فرص ضم محمد شريف، بسبب رغبة حسام حسن في منح الفرصة مجدداً لأسامة فيصل مهاجم البنك الأهلي، ليكون بديلاً لمصطفى محمد في خط الهجوم.

وسيتتم حسام موقف كريم فؤاد بعد مباراة بيراميدز، في ظل مشاركته في مركزي الظهير

إليك أبرز التعديلات التي أعلنها مجلس الاتحاد الدولي لكرة القدم:

1- تعديل القانون 3 - اللاعبين:

فقط قائد الفريق يُسمح له بالحديث مع الحكم أثناء المباراة، وليس كل اللاعبين.

2- تعديل القانون 5 - الحكم

الحكم سيستخدم إشارة عد تنازلي لآخر 5 ثواني من الـ 8 ثواني المسموح بها لحارس المرمى.

3- تعديل القانون 8 - إسقاط الكرة:

إذا كانت الكرة داخل منطقة الجزاء وقت التوقف، تُسقط حارس الفريق المدافع.

في الحالات الأخرى، تُسقط الكرة للفريق الذي كان سيستحوذ عليها، وإذا لم يكن واضحاً، للفريق الذي لمس الكرة آخر مرة.

4- تعديل القانون 9 - الكرة خارج اللعب:

إذا لمس مدرب أو لاعب بديل الكرة وهي في طريقها للخروج لتسريع اللعب:

تُحتسب ركلة حرة غير مباشرة للمنافس.

لا إنذارات أو بطاقات إلا إذا تكررت المخالفة.



"Blessed are the pure in heart, for they shall see God"
(Matthew 5:8)

departed this life on August 17, 2025.

May Bless his soul

Emmanuel Bilos "Papou"



The Charisma Newspaper family extends its deepest condolences to Mrs. Laila Pence on the passing of her beloved father, Emmanuel Bilos "Papou", who departed this life on August 17, 2025.

Our hearts are with Mrs. Laila and her family during this time of profound sorrow. We join them in honoring the memory of Mr. Bilos and in celebrating the legacy of love and strength he leaves behind.

In lieu of flowers, the family kindly requests that donations be made in his memory to the American Cancer Society (cancer.org) or the Egypt Cancer Network (egyptcancernetwork.org).

May his soul rest in eternal peace, and may his family find comfort in the love and prayers surrounding them.

**With heartfelt sympathy,
The Charisma Newspaper Family.**

"طُوبَى لِلْأَنْقِيَاءِ الْقَلْبِ، لَأَنَّهُمْ يُعَايِنُونَ اللَّهَ." (مت 5: 8)

انتقل إلى الأجداد السماوية يوم الاثنين 25 أغسطس 2025

الإعلامي / عاطف كامل

بدون سابق إنذار...

رحل عن عالمنا... الإعلامي الأستاذ / عاطف كامل

بقلوب يملؤها الألم والحزن العميق، وبمشاعر مليئة بالصدمة
تلقت أسرة صحيفة كاريزما خبر رحيل الأخ والصديق والزميل العزيز
الإعلامي الأستاذ / عاطف كامل، الذي اختطف من بيننا على نحو مفاجئ
ليترك فراغاً لا يعوض في قلوبنا وفي الساحة الإعلامية
لقد كان الراحل قريباً إلى قلوبنا جميعاً، بإنسانيته وصدقته ودفء حضوره
قبل أن يكون إعلامياً بارعاً وصوتاً صادقاً للكلمة الحرة
وبرنامجه المميز

لو بطلنا نعلم نموت، علمنا أن الحلم هو روح الحياة، وفرس فينا الأمل والإصرار
على مواصلة المسيرة رغم التحديات

هكذا كان في حياته، وهكذا سيبقى أثره حياً بيننا
رحيله المفاجئ ترك فينا جرحاً عميقاً، لكن عزائنا أنه انتقل إلى
موضع الراحة الأبدية، حيث لا وجع ولا حزن، بل رجاء وسلام
نصلي أن يمنح الله عزاءً وسلاماً لذويه ومحبيه، وأن يسكب على قلوبهم
نعمة الصبر والثبات، وأن يخلد ذكراه الطيبة بيننا إلى الأبد
رحم الله روحه الطاهرة وأسكنه فردوس النعيم
أسرة صحيفة كاريزما عنهم.. وانسل لطف الله



Charisma Newspaper
كاريزما

"طُوبَى لِلْأَنْقِيَاءِ الْقَلْبِ، لَأَنَّهُمْ يُعَايِنُونَ اللَّهَ." (مت 5: 8)

انتقلت إلى الأجداد السماوية يوم الاثنين 18 أغسطس 2025

السيدة / چانيت غطاس كيرلس

حرم الأستاذ / صبري سليمان والدة كلاً من

رندا صبري حرم هنسي جوناثان واولادهم ورشا سيف حرم سليمان سيف واولادهم

وريموندا منصور حرم شريف منصور واولادهم ورونا صبري سليمان

وشقيقة كل من سمير غطاس ومنير غطاس

والمرحوم سعد غطاس وجورج غطاس وانجيل غطاس وجورجيت غطاس واولادهم

تتقدم أسرة جريدة كاريزما Charisma Newspaper بأخلص التعازي القلبية

لجميع أفراد الأسرة

الأسرة تتقدم بوافر الشكر لكل من تفضل بمواساتهم

سواء بالحضور أو بالاتصال أو البرق

نياحاً لروحها الطاهرة

الرب يعوض الجميع على تعب مهنتهم

في أحضان القديسين والشهداء



خاص لجريدة كاريزما

بقلم **نيفي بالمرين**

كاتبة متخصصة في المشورة الأسرية

كيفية تحويل السلبيات في حياتك إلى إيجابيات!!



لا تخلو الحياة من التحديات والمواقف السلبية، فكل إنسان يمر بفترات صعبة، سواء كانت فشلاً في تحقيق هدف، خسارة شخص عزيز، أو حتى مشاعر الإحباط والقلق. لكن الفرق بين شخص وآخر يكمن في كيفية التعامل مع هذه المواقف. فهل نبقى عالقين في دوامة السلبية، أم نحولها إلى فرص للنمو والتطور؟ في هذا المقال، سنستعرض كيف يمكن تحويل السلبيات في حياتك إلى إيجابيات بطريقة فعالة.

تذكر دائماً أن السلبيات التي مررت بها لا تعرفك، ولا تختصر من تكون. التجارب الصعبة لا تلغي قدراتك، ولا تقلل من قيمتك. بل على العكس، كثير من النضج والقوة يولدان من رحم الألم.

كل إنسان يحمل بداخله قوة كامنة لا تظهر إلا وقت الشدائد. قد تظن أحياناً أنك وصلت إلى الحافة، لكنك في الحقيقة تقف أمام بداية جديدة، مختلفة، وربما أفضل مما توقعته. المهم ألا تجعل الماضي يُقيدك، ولا تسمح للمواقف السلبية أن تصبح جزءاً دائماً من هويتك.

ابدأ من حيث أنت، بما تملك، ولو بخطوة صغيرة. ومع كل تقدم، مهما كان بسيطاً، ستكتشف أنك أقوى مما كنت تعتقد.

تذكر هذه القاعدة: السلبيات لا تختفي... لكنها تتحول لنجاحات. لكن يمكننا أن نغير طريقة تعاملنا معها. وهذا وحده كفيل بأن يغير كل شيء.

- بدلاً من قول: "لماذا يحدث لي هذا؟"
- اسأل: "كيف أستطيع أن أستفيد من هذا الموقف؟"
- بدلاً من أن تغرق في الندم،
- فكّر: "ما الذي يمكنني فعله الآن ليكون الغد أفضل؟"
الحياة لا تعطي دروساً مجانية، لكنها تعطي فرصاً للتغيير.

تحويل السلبيات إلى إيجابيات ليس شعاراً مثالياً، بل مهارة تُبنى بالتدرج والوعي والتجربة. ومع كل خطوة واعية، ستشعر بأنك تملك بزمام حياتك أكثر، وتقترّب من نسخة منك تستحق الاحترام والفخر.

اجعل كل تجربة تمر بها وقوداً لتطورك، لا عبئاً على كتفك. فالحياة لا تنتظر، والوقت لا يعود، لكنك دائماً قادر على أن تبدأ من جديد — وفي كل مرة، تكون أقوى وأكثر وعياً.

من النظرية إلى التطبيق: خطوات يومية بسيطة لتحويل السلبيات إلى إيجابيات لكي لا تبقى الأفكار السالبة مجرد كلمات جميلة، إليك خطوات عملية يمكنك البدء بها اليوم:

1. ابدأ بدفتر يوميات صغير:
- سجل فيه كل يوم شيئاً سلبياً واجهته، ثم حاول أن تكتب بجانبه ما تعلمته منه، أو كيف يمكن أن تستفيد منه مستقبلاً. ستفاجأ كيف تتحول نظرتك مع الوقت.
2. ضع قائمة "تحويل" خاصة بك:
- اختر أكثر ثلاث مشاعر أو مواقف سلبية متكررة في حياتك (مثل الإحباط، القلق، أو المقارنة بالآخرين)، واكتب بجانب كل واحدة طريقة ممكنة لتحويلها إلى موقف إيجابي أو محفز.
3. اختر ردة فعل إيجابية واحدة يومياً:
- في كل يوم، عندما تواجه شيئاً يزعجك، درب نفسك على الرد عليه بهدوء، أو التفكير فيه بطريقة جديدة. لا تحتاج أن تغير كل شيء دفعة واحدة — فقط موقف واحد في اليوم يمكن أن يصنع فرقاً كبيراً مع مرور الوقت.
4. احتفل بالتقدم، مهما كان بسيطاً:
- لا تقلل من إنجازاتك. التغيير الإيجابي لا يعني الكمال، بل يعني أنك أفضل من الأمس. احتفل بكل لحظة اخترت فيها التفكير أو الفعل بإيجابية، فهذا يعزز استمرارك. أنت لست ضحية لما يحدث حولك.
- أنت صانع لتجربتك، ومهندس لردود أفعالك، ومالك حقيقى لطريقة تفكيرك.
- ربما لا تملك تغيير الظروف دائماً، لكنك دائماً تملك تغيير نفسك وتلك أقوى نقطة بداية.

الحياة ليست مثالية، لكنها قابلة لأن تصبح أفضل، كلما قررت أنت أن ترى ما فيها من فرصة، لا مجرد صعوبة.

فابدأ الآن. لا تنتظر تغير الظروف.

اختر أن تغير نظرتك أنت وكل شيء بعدها سيتغير تبعاً.

ليس المطلوب أن تكون إيجابياً دائماً... بل أن تكون واقعياً ومرناً.

قد يبدو الحديث عن الإيجابية في بعض اللحظات غير واقعي، خاصة عندما يكون الإنسان عارفاً في شعور حقيقى بالضيق أو الألم.

لذلك، من المهم أن نوضح:

تحويل السلبيات إلى إيجابيات لا يعني تجاهل مشاعرك، ولا يعني التظاهر بالقوة.

بل يعني أن تمنح نفسك الحق في أن تشعر، أن تتألم، لكن دون أن تستسلم.

يعني أن تعترف بما تمر به، ثم تختار ألا تبقى فيه للأبد.

المرونة النفسية هي القدرة على تقبل الواقع، مع الاستمرار في اتخاذ خطوات صغيرة نحو الأفضل.

لا بأس إن تعثرت، لا بأس إن شعرت بالضعف، المهم ألا تفقد الأمل في قدرتك على التغيير.

1. تقبل الواقع أولاً:

الخطوة الأولى لتحويل أي موقف سلبي إلى إيجابي هي تقبل ما حدث بدلاً من إنكاره أو التهرب منه. القبول لا يعني الاستسلام، بل الاعتراف بأن هناك مشكلة تحتاج إلى مواجهة، وهذا أول مفتاح للتغيير.

2. تغيير زاوية النظر:

نفس الموقف يمكن أن يرى من زوايا مختلفة. فمثلاً، فقدان وظيفة قد يبدو كارثة، لكنه قد يكون فرصة لاكتشاف مجال جديد أو البدء بمشروع شخصي. كل تجربة سلبية تحمل في طياتها درساً أو فرصة، فقط علينا أن نغير طريقة تفكيرنا ونبحث عن المعنى الإيجابي خلف الأحداث.

3. التعلم من التجارب:

المواقف السلبية تعلمنا الكثير. كل خطأ أو تجربة فاشلة تمنحنا دروساً تساعدنا على تجنبها في المستقبل. الشخص الإيجابي هو من يرى في كل فشل خطوة نحو النجاح، لا نهاية له. اسأل نفسك دائماً: "ما الذي يمكنني تعلمه مما حدث؟"

4. الإحاطة بالأشخاص الإيجابيين:

البيئة تلعب دوراً كبيراً في تشكيل نظرتنا للحياة. حاول أن تكون بالقرب من أشخاص يدعمونك، يلهمونك، ويشجعونك على الاستمرار. فالطاقة الإيجابية معدية، تماماً كما هي السلبية.

5. الاهتمام بالنفس وتطويرها:

عندما تمر بمرحلة صعبة، لا تهمل نفسك. خصص وقتاً لممارسة الرياضة، القراءة، التأمل أو تعلم مهارات جديدة. تطوير الذات يرفع من ثقتك بنفسك ويقلل من سيطرة المواقف السلبية على تفكيرك.

6. تحويل الألم إلى دافع:

كثير من النجاحات بدأت من معاناة. فبدلاً من ترك الألم يكسر، استخدمه كوقود لتحسين حياتك. اجعله سبباً لتثبيت لنفسك أنك أقوى من الظروف، وأنت قادر على التغيير مهما كانت التحديات.

7. الامتنان لما لديك:

ركز على ما تملكه بدلاً من ما تفتقده. كتابة قائمة بالأشياء التي تشعر بالامتنان لوجودها في حياتك (كالصحة، الأهل، الأصدقاء، المأوى) يمكن أن تعيدك إلى حالة من التوازن وتعزز نظرتك الإيجابية للحياة.

تحويل السلبيات إلى إيجابيات ليس سحراً، بل هو خيار وقرار تتخذه في كل مرة تواجه فيها صعوبة. قد لا يكون الأمر سهلاً دائماً، لكنه ممكن. فقط تذكر أن كل تجربة تمر بها، حتى وإن كانت مؤلمة، تُشكك وتصنع منك إنساناً أقوى وأكثر وعياً. اجعل من كل عقبة سلماً ترتقي به نحو الأفضل.

8. تحمل المسؤولية دون جلد الذات:

من المهم أن تتحمل مسؤولية اختياراتك، لكن دون أن تقع في فخ اللوم الذاتي أو القسوة على نفسك. الخطأ جزء طبيعي من الحياة، وما يميز الأشخاص الناجحين هو أنهم يتعلمون من أخطائهم بدلاً من الوقوف عندها. سامح نفسك وامض قدماً.

9. الصبر والمثابرة:

تحويل السلبية إلى إيجابية لا يحدث في يوم أو ليلة. الأمر يتطلب وقتاً، وجهداً، واستمرارية. لا تيأس إذا لم ترى نتائج فورية. استمر بالمحاولة، وتذكر أن التغيير الحقيقي يبدأ بخطوات صغيرة متكررة.

10. التركيز على ما يمكنك تغييره:

بدلاً من إهدار طاقتك على أشياء خارجة عن إرادتك، ركز على ما تستطيع التأثير فيه. تحكم في ردود فعلك، نظم وقتك، وغير عاداتك تدريجياً. هذا الإحساس بالتحكم يقلل من الشعور بالعجز، ويزيد من قدرتك على التعامل مع المواقف السلبية بفعالية.

11. قوة الأفكار والكلمات:

ما تفكر به عن نفسك وما تقوله لنفسك يومياً له تأثير كبير على حالتك النفسية. استبدل العبارات السلبية مثل "أنا فاشل" أو "نأستطيع" بعبارات بناءة مثل "أنا أتعلم" و"سأتجاوز هذه المرحلة". حديثك الداخلي يصنع واقعك.

12. تقبل التغيير كجزء من الحياة:

الحياة لا تسير دائماً كما نخطط لها. التغييرات المفاجئة جزء من مسارتنا، والمفتاح هو أن نكون مرنين ومستعدين للتكيف. الشخص الإيجابي لا يقاوم التغيير، بل يتعامل معه بذكاء وهدوء، ويبحث عن فرص جديدة تنشأ منه. لا أحد يملك حياة مثالية خالية من المشاكل، لكن كل واحد منا يملك القدرة على إعادة تشكيل تجربته، وتحويل لحظات الانكسار إلى نقاط انطلاق جديدة.

ليس المهم ما يحدث لك، بل كيف تستجيب له.

اختر أن ترى الجوانب الإيجابية، أن تتعلم، أن تنمو، وأن تعيش كل تجربة وكأنها تنبئك لا تهلكك.

الحياة مدرسة كبيرة، والمواقف السلبية ليست سوى دروس تُعدك لنسخة أقوى وأكثر وعياً من نفسك.

10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	
أ	ب	ر	ز	ع	ب	ل	ب	ب	1	
و	خ	ط	ز	ق	ر	ق	و	خ	2	
ب	ن	ا	ر	ا	ر	ا	ن	ب	3	
د	ا	ب	د	ر	د	ر	د	ا	4	
ر	م	ج	م	ر	ج	م	ر	م	5	
ر	ا	ج	ر	ا	ج	ر	ا	ج	6	
ل	د	م	د	ل	م	د	ل	م	7	
ي	ا	ر	ب	ي	ر	ب	ي	ر	8	
و	ك	م	ك	م	ك	م	ك	م	9	
م	ح	م	د	م	ح	م	د	م	10	



كلمات متقاطعة

تأليف وإعداد / مرفت موريس

خاص لجريدة كاريزما حل العدد السابق

10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	
										1
										2
										3
										4
										5
										6
										7
										8
										9
										10

الكلمات الراسية:

- 1- أنقذ (معكوسة) - من الحلويات (معكوسة).
- 2- يسأم (معكوسة) - من الكلاب.
- 3- أغنية لمحمد فوزي - أرشد.
- 4- عنصر فلزي إشعاعي.
- 5- رمز رياضي (معكوسة) عاصمة بيروت.
- 6- إنفتاح (معكوسة) - الألبا أول السواح (معكوسة)
- 7- زيف - سورة قرآنية (معكوسة) - ضمير المخاطب.
- 8- انسق - من الاسنان.
- 9- يصب - مكان لقاء العصايات.
- 10- لاعب كرة قدم أجنبي قديم ومدرب النادي المصري سابقاً.

الكلمات الأفقية:

- 1- أول الحروف القبطية - أشهر أكلة إيطالية (معكوسة).
- 2- بهية - نصف كلمة (سوسو).
- 3- صوت الجرس (معكوسة) عاصمة المغرب.
- 4- على المائدة في عيد الأضحى (معكوسة) - نما (معكوسة).
- 5- جامعة أمريكية.
- 6- تجدها في كلمة (شويبر) - رفض (معكوسة).
- 7- منطقة سكنية بالقاهرة (معكوسة) - للتمنى.
- 8- دار - مدينة إيطالية.
- 9- دولة مجاورة لمدينة نيس الفرنسية.
- 10- هدف - آلة موسيقية (معكوسة).

قرأت لك عن التطوير الذاتي

تكون الأفضل في مجال ما، وليس كل المجالات لأن هذه فكرة خاطئة ورتناها من المدارس، يسفها جودين تحت عنوان: أكبر أخطاء ارتكبوها في المدرسة، وبدل على ذلك بالأمثلة.

ما هي المواقف التي تؤدي بك إلى الاستسلام، فهم هذه المواقف هو الخطوة الأولى نحو النجاح. في كتاب المنخفض لخص المؤلف هذه المواقف في 3 مواقف رئيسية (يندرج تحتها كل المواقف الصغيرة التي تتعلق بها).

- المنخفض: وهو كما ذكرنا بالأعلى: الطريق الطويل الشاق بين البداية والإنجاز. وقد تجده في أي شيء تمارسه حتى لرياضة ولعبة.
- الطريق المسدود: وهو وضع تجد نفسك فيه تعمل وتعمل وليس هناك أي تغيير يُذكر، بل يظل الوضع كما هو.
- المنحدر: إنه وضع لا يمكنك فيه ترك ما تقوم به إلا عندما تهوي من فوقه، وينهار كل شيء.

من خلال هذا التقسيم يتبين لك أن الطريق المسدود والمنحدر هما المنحنيان اللذان يؤديان للفشل، ويعلمك جودين ما الذي يجب عليك فعله إذا تعرضت لأحدهما. أما المنخفض فهو المكان الذي يوجد فيه النجاح

سبعة أسباب رئيسية تسبب فشلك في أن تصبح الأفضل في العالم

- عندما ينفذ منك الوقت (وتسحب).
- عندما ينفذ منك المال (وتسحب).
- عندما تشعر بالخوف (وتسحب).
- عندما لا تكون جاداً بشأن ما تفعل (وتسحب).
- عندما تفقد الحماس وتقبل بالمستوى المتواضع (وتسحب).
- عندما تركز على المدى القصير بدلاً من المدى الطويل (وتسحب عندما يصبح المدى القصير صعباً للغاية).
- عندما تختار المجال الخاطئ الذي تريد أن تكون فيه الأفضل في العالم (وتسحب لأنك لا تملك المهبة).
- هنا ينتصف كتاب المنخفض، ويتحدث جودين مباشرة عن أشهر المنخفضات التي ستواجهها:
- منخفض التصنيع: فالوقت والمجهود والتكلفة اللازمة لتكثيف عملياتك تؤدي لظهور المنخفض.

كتاب المنخفض للمدرب سيث جودين...
أحمد زهران، يتكلم كتاب المنخفض في فكرته وموضوعه عن الإنسحاب، فيوضح أن الإنسحاب ليس دائماً قراراً فاشلاً خاسراً، بل كثيراً ما يكون قراراً استراتيجياً للوصول إلى القمة، فالكتاب يدور موضوعه بشكل عام حول فن الإنسحاب، فيعلمك متى تتسحب أو تتخلى عما تسعى إليه، ومتى تتمسك بموقفك وتجتاز الصعاب.

كل شيء في الحياة له قيمة هو في الحقيقة محكوم بالمنخفض، والمنخفض: هو المنحنى الذي يرسم الحالة بين المجهود والنتيجة، أي أنه باختصار: الطريق الشاق بين البداية والإنجاز. فالخوارج والعقبات والإخفاقات المؤقتة التي وضعت في طريق الناجحين هي ما يقصده جودين بالمنخفض.

نظرة عامة على كتاب المنخفض:

يستشهد الكاتب بالأمثلة والنماذج الواقعية عند عرض أي فكرة أو موضوع، ليُقرّب الفكرة من ذهن القارئ ويسهل اقتناعه بها.

ملخص كتاب المنخفض:

الكتاب ليس به عناوين رئيسية أو فصول، بل هو أشبه بالطريقة الإرتجالية، فكلها عناوين فرعية قصيرة. يبدأ المؤلف كتاب المنخفض بالعنوان:

أشعر برغبة في الاستسلام:

يوضح جودين بأن هذا الشعور يمر بمعظم الناس، وأغلبهم ينسحبون فعلاً لكنهم لا يفعلون ذلك بنجاح. يوضح جودين أيضاً بأن هناك خطوات أو عقبات قد توضع من قبل الشركات الكبيرة لتجبرك على الإنسحاب:

أن تكون الأفضل في العالم، فكرة لا تلقى ما تستحقه من تقدير، هكذا يقرر جودين تحت عدة عناوين في كتاب المنخفض، مثل: الأفضل في العالم؛ ستفاجأ من قيمة أن تكون الأفضل في العالم؛ سبب أهمية أن يكون المرء رقم واحد؛ السبب الحقيقي لأهمية رقم واحد؛ هل أنت الأفضل في العالم؟ وغيرها.

تحت هذه العناوين يوضح جودين لماذا يختار الناس غالباً الأفضل في كل مجال، لا يضيعون وقتهم وأموالهم في تجربة الأقل شهرة، فيجب عليك أن



ضياع القيمة وفقدان الهوية... الإنسان بين الذات والمجتمع



بقلم / ماريان إدوارد - مشير وأخصائية إرشاد أسرى وتدريب لوك

خاص لجريدة كاريزما

3. وسائل الإعلام والسوشيال ميديا: الصور المثالية للحياة والنجاح والجمال تخلق مقارنات مستمرة تُفقد الإنسان ثقته بذاته.
4. التحولات الاجتماعية السريعة: تغير القيم والمعايير بوتيرة متلاحقة يزيد ارتباك الأجيال ويضعف قدرتهم على الثبات.
5. غياب الحوار الداخلي والوعي الذاتي: من لا يتأمل نفسه ولا يعرف ما يريد يظل تائهاً بين ضغط المجتمع وتيارات العصر.

آثار فقدان الهوية والقيمة:

انعكاسات هذا الفقدان لا تتوقف عند حدود الفرد، بل تمتد لتصيب المجتمع والمستقبل معاً: على الفرد: شعور دائم بالاعتراب، ضعف الثقة بالنفس، تشتت الاهتمامات، فقدان القدرة على اتخاذ القرار، وانهايار المعنى الداخلي للحياة.

على المجتمع: هشاشة الروابط الاجتماعية، تراجع روح التضامن، خضوع متزايد للقيم المستوردة، وضعف المناعة الفكرية والثقافية. على المستقبل: أجيال بلا هوية راسخة ولا قيم واضحة تنتج مجتمعات هشّة، يسهل اختراقها والتأثير عليها.

استعادة الهوية والقيمة:

رغم كل التحديات التي يفرضها العصر، يظل استرجاع الهوية وترميم القيمة أمراً ممكناً إذا تبع الإنسان مسارا واعياً يجمع بين التأمل والعمل:

1. الوعي بالذات: الخطوة الأولى تبدأ بفهم الإنسان نفسه بعمق، إدراك نقاط قوته وضعفه، ومعرفة رغباته الحقيقية بعيداً عن ضغوط الآخرين وتوقعاتهم.
2. بناء منظومة قيم داخلية: وضع مبادئ واضحة توجه السلوك وتحدد القرارات، فتكون بمثابة البوصلة التي ترشد إلى الطريق الصحيح مهما تغيرت الظروف.
3. التجربة والتعلم: إدراك أن الخطأ وال فشل جزء لا يتجزأ من تكوين الهوية؛ فالتجربة تمنح الإنسان فرصة لفهم ذاته وتصحيح مساره.
4. التوازن بين الاستقلال والانتماء: الجمع بين احترام الذات والقدرة على المشاركة الإيجابية في المجتمع، بحيث لا تضعف الهوية في انصهار كامل مع الجماعة.
5. تقبل الأخطاء والصبر: الهوية والقيمة لا تُبنى بين ليلة وضحاها؛ بل تحتاج إلى صبر وتجربة مستمرة، والقدرة على إعادة البناء بعد كل سقوط.
6. دور الأسرة والمجتمع: وجود بيئة داعمة وقادرة إيجابية، وتعليم يقدر الفرد ويمنح إنجازاته، يعزز من استقرار الهوية وقوة القيمة الشخصية.
7. دور وسائل الإعلام والتكنولوجيا: توظيف الإعلام لنشر القيم الإيجابية، وتعزيز صورة الإنسان كما هو، بدلاً من الترويج للقوالب النمطية التي تُضعف شعوره بالذات.

الهوية والقيمة رحلة مستمرة:

الهوية والقيمة ليستا شيئاً ثابتاً يُمنح للإنسان، بل رحلة دائمة لاكتشاف الذات والحفاظ على الكرامة. في كل تجربة، يختبر الإنسان نفسه ويعيد تقييم قيمه، وينسج بين ما هو أصيل فيه وما يفرضه الآخرون. في مرحلة المراهقة، هذه الرحلة تصبح أكثر حساسية، لكنها فرصة ذهبية لبناء أساس قوي للذات. إذا نجح المراهق في اكتشاف هويته، فسبحان على قيمه، وسيتحول إلى إنسان قادر على اتخاذ قرارات مستقلة، والانتماء بشكل صحي لمجتمعه، والمساهمة في تطويره.

خاتمة:

فقدان الهوية وفقدان القيمة وجهان لعملة واحدة: الإنسان بلا وعي بذاته، بلا قيمه، وبلا فهم لمكانته في المجتمع، يصبح كأنناً بلا ملامح، نسخة من الآخرين، يسير بلا بوصلته.

لكن الإنسان القادر على معرفة ذاته، تقدير قيمه، وبناء هويته بثقة، هو أقوى كائن. فهو لا يذوب في الآخرين ولا يضعف بين متطلبات المجتمع. الهوية والقيمة هما مفتاح الحرية، وهما ما يمنحان الحياة معناها الحقيقي.

إن أقوى المجتمعات هي التي تحافظ على هوية أفرادها، وتقدر قيمتهم، وتدعمهم في رحلة اكتشاف الذات. إذا ضاعت الهوية والقيمة، ضاع الإنسان، وضاعت معه الإنسانية كلها.

بأبي الأبعاد.
• اعتماد مفرط على التحقق الخارجي (الإعجابات، المديح، الأرقام).
• شعور بالغربة عن اللغة أو العادات أو الذاكرة المشتركة، مع فقدان المعنى الشخصي.

آثار فقدان الهوية:

عندما تُفزع الهوية من معناها وتُختزل في صورة عابرة أو قالب جاهز، يفقد الإنسان أصالته ويتحوّل إلى ظل يسير وراء توقعات الآخرين. عندها لا يعيش ذاته بل يعيش أدواتاً مفروضة عليه، فيشعر بالغربة عن نفسه قبل أن يغترّب عن مجتمعه. وهنا يبدأ الاستنزاف الحقيقي: انطفاء الشغف، وتآكل الكرامة، وضياع البوصلة التي تمنح للحياة معناها.

العلاقة بين القيمة والهوية:

القيمة والهوية وجهان لعملة واحدة، لا يمكن أن يستقيم أحدهما دون الآخر.

• الهوية تمنح الإنسان وعياً بقيمته: فمتى عرف الإنسان نفسه، وأدرك ما يمثله من مبادئ ورسالة، صار قادراً على أن يطالب باحترامه، ويضع حدوداً واضحة في تعامل الآخرين معه.

• القيمة تعزز الهوية: حين يلقى الفرد التقدير من مجتمعه، ويعترف بجهوده وإنجازاته، يترسخ شعوره بذاته، ويتمكن من بناء هوية متماسكة ومستقلة.

• وفي غياب أحدهما، ينهار الآخر: فغياب الهوية يجرد الإنسان من الإحساس بقيمته، وانتزاع الاحترام أو الاعتراف المجتمعي يضعف هويته الداخلية، فيصير هشاً، سريع الانقياد، مهياً للتقليد والدوبان.

مظاهر فقدان الهوية والقيمة:

حين يضيع الإنسان بين غموض الداخل وضغط الخارج، تظهر علامات ملموسة تدل على فقدانه لهويته وقيمه، منها:

1. التشتت الداخلي: عجز عن تحديد ما يريد، وغياب البوصلة التي ترسم مساره.
2. التقليد الأعمى: محاولة محاكاة الآخرين في المظهر والسلوك والأفكار، بدل ابتكار مسار خاص.
3. الاعتماد على تقييم الآخرين: يصبح تقدير الذات رهيناً بنظرات الناس وأحكامهم، لا برؤية الفرد لذاته.
4. الشعور بالفراغ والاعتراب: حياة بلا معنى، وفقدان لإحساس الانتماء والوجهة.
5. ضعف الاستقلالية والقرار: غياب الهوية يجعل حسم المواقف صعباً، ويدفع الإنسان إلى التفريط بحقوقه أو التنازل عنها.

مرحلة المراهقة... نقطة مفصلية:

المراهقة هي المرحلة التي يقف فيها الإنسان على أعتاب وعيه بذاته، فيبدأ رحلة تشكيل هويته الفردية بصورة واعية. هنا تتفجر الأسئلة الكبرى:

- من أنا؟
- ما القيم التي سأعيش لأجلها؟
- كيف أوازن بين حاجتي للانتماء وحررتي في الاستقلال؟
- غير أن هذه المرحلة الدقيقة قد تكون ساحة لصراع داخلي حاد:
- فمن يفتش في بلورة هوية متماسكة قد يتعرض للاضطراب الشخصية أو ينزلق إلى تمرد سلبي.
- وقد يدفعه القلق إلى الانجراف وراء الأقران أو المواضات طلباً للشعور بالانتماء.
- وقد يصاب بضعف الثقة بالنفس، فيسلم للآخرين سلطة تحديد قيمته ومكانته.

المراهقة إذن ليست مجرد عمر انتقالي، بل مفترق طرق: إما تُبنى فيه دعائم هوية راسخة تضمن للإنسان وعيه بقيمته، وإما يتأسس فيه صراع طويل يلازمه في رحلة حياته.

أسباب فقدان الهوية والقيمة:

فقدان الإنسان لهويته وقيمه ليس حدثاً مفاجئاً، بل نتيجة عوامل مترابطة تتداخل في تشكيل شخصيته:

1. الأسرة غير المستقرة: حين يغيب القدوة، أو تتضارب القيم داخل البيت الواحد، يعيش المراهق صراعاً داخلياً يفقده وضوح البوصلة.
2. ضغط الأقران: الخوف من رفض الجماعة يدفع الشباب إلى تغيير سلوكهم أو فتاعتهم على حساب حقيقتهم.

منذ أن خط الإنسان أولى خطواته على الأرض، كان السؤال الأعمق هو: ما قيمة هذا الكائن؟ الحضارات القديمة، والديانات السماوية، وحتى الفلسفات الإنسانية، التقت جميعاً عند حقيقة واحدة:

أن الإنسان هو الجواهر، وهو الغاية التي تدور حولها الحياة. الكرامة الإنسانية لم تكن منحة عابرة، بل ركيزة أصيلة في بناء المجتمعات ورؤية الإنسان لذاته.

لكن المشهد المعاصر يكشف عن أزمة عميقة؛ حيث يواجه الإنسان مأزقاً مزدوجاً: يفقد قيمته في نظر المجتمع، ويتهيه عن هويته في داخله. فالمعيار لم يعد ما يحمله من مبادئ أو ما يقدمه من معنى، بل ما يملكه من أموال أو مظاهر. أصبحت قيمة الفرد تُقاس بالامتلاك لا بالكينونة، بالظاهر لا بالجواهر. وفي خضم هذا التحول، يجد الإنسان نفسه غريباً عن ذاته. يعيش بلا وضوح داخلي عن من يكون، ولا عن الغاية التي يسير نحوها. هذه الغربة الوجودية تتفاقم في زمن العولمة، حيث تتشابك الثقافات وتذوب الحدود، فتنتشر القيم التقليدية التي كانت تمنح الفرد ثباتاً وأرضية للانطلاق. ومع كل هذا الانهيار، يزداد البحث عن الذات صعوبة، وتصبح الهوية الإنسانية معرضة للضياع أكثر من أي وقت مضى.

أولاً: قيمة الإنسان:

قيمة الإنسان تكمن في الاعتراف بكرامته ومكانته الأصيلة داخل المجتمع، وهي لا تُقاس بالمال ولا بالسلطة ولا بالمنصب. إنما تتجلى هذه القيمة في مظاهر عديدة، منها:

- احترام حقوقه الإنسانية كاملة بلا انتقاص.
- تقدير جهوده وإنجازاته مهما بدت صغيرة.
- النظر إليه كغاية في ذاته، لا كوسيلة لتحقيق مصالح الآخرين.
- وحين تُنتزع هذه القيمة، يتحول الإنسان إلى مجرد رقم في سجلات الدولة، أو أداة للإنتاج الاقتصادي، أو صوت يُستغل في معارك السياسة، أو صورة عابرة تُستهلك في الإعلام. عندها لا تُمس كرامته فقط، بل تتصدع هويته في العمق؛ فالإنسان الذي يشعر أنه بلا قيمة يفقد قدرته على التعرف إلى ذاته، وينخرط في رحلة مضمّنة للبحث عن معنى وجوده ومكانه الحقيقي في الحياة.

ثانياً: الهوية:

الهوية هي جواب الإنسان العملي عن سؤال «من أنا؟»؛ إطار معنوي يضم ذاكرته وقيمه وانتماءاته وصورته عن ذاته، ويمنحه إحساساً بالاستمرارية عبر الزمن رغم تغير الظروف. ليست الهوية قناعاً اجتماعياً فحسب، ولا نواة صلبة لا تتبدل؛ بل هي تركيب حيي بين ثابت يؤسس المعنى ويتحوّل يضمن القدرة على التكيف.

1 - مكونات الهوية:

- الهوية الفردية: منظومة القيم والمبادئ، الميول والطموحات، أساليب التفكير واتخاذ القرار، ونمط العادات اليومية.
- الهوية النفسية: صورة الذات، حدودها الداخلية، درجة الاتساق بين القناعة والسلوك، والشعور بالاستقرار الداخلي.
- الهوية الاجتماعية: الانتماءات العائلية والوطنية والمهنية والدينية، وشبكات العلاقات ودور الفرد داخلها.
- الهوية الثقافية: اللغة والرموز والتقاليد والذاكرة المشتركة التي تمنح الإحساس بالجدارة والامتداد التاريخي.
- الهوية المهنية/الدور: ما يؤديه الفرد من أدوار ومسؤوليات، وكيف يفهم معنى عمله ضمن رسالته الشخصية.
- الهوية الرقمية (المعاصرة): الحضور على المنصات، والصورة العلنية للذات، وكيف تؤثر خوارزميات التفاعل على تعريف الشخص لنفسه.

2 - الهوية بين الثبات والتغيير:

الهوية السليمة تجمع ثوابت لا تقبل المساومة (قيم أساسية، كرامة، صدق، عدل) مع هوامش مرنة تتبدل مع العمر والخبرة (أذواق، أدوات، أدوار مهنية).

الخلل يقع حين:
• يتصلّب التغيير حتى يصير صنماً (وظيفة أو انتماء عابر يبتلع الجواهر).

• أو يذوب الثابت تحت ضغط التقليد والموضة، فتضيع البوصلة.

علامات تشوّش الهوية:

- تغيير الآراء والقيم بسرعة تبعاً للجماعة أو المزاج العام.
- صعوبة اتخاذ قرارات مصيرية خوفاً من فقدان القبول.
- تباهي زائد مع دور واحد (المهنة/العائلة/الجماعة) على حساب



بثاقم / سيلفانا ميخائيل - استشاري علاقات أسرة
إبنت كوتش مبتدئ للمحة النفسية والعاطفية (AB - NLP & ICI & ICF)
خاص لجريدة كاريزم

عقلك عدوك .. سجن للروح:

كيف تتصل بجوهرك وتعيش الحرية والوفرة

1. المراقبة الواعية: (Awareness):

ابدأ بمراقبة أفكارك كأنك تشاهدها من الخارج. لا تصدق كل فكرة. اسأل نفسك:
• هل هذه الفكرة تابعة من وعيي الحالي أم من برنامج قديم؟
• هل ما أشعر به حقيقة أم خوف موروث؟
خصص يومياً دقائق لتجلس بصمت وتراقب أفكارك. لا تحكم عليها، فقط لاحظها كأموج تمر. ستدرك أن دماغك يتحدث بلا توقف، لكنك لست مضطراً لتصديقه.

2. إعادة البرمجة (Reprogramming):

تستطيع أن تُعيد برمجة دماغك ليخدمك بدل أن يعادلك. استخدم جمل التوكيد، التصورات الإيجابية، وتكرار العبارات التي تعزز معتقد جديد عن نفسك. يستبدل معتقد قديم. فإن دماغك يتأثر بما يتكرر .. يمكنك غرس أفكار جديدة، مثل: "أنا كاف كما أنا"، "التغيير آمن"، "أنا أختار أن أحب نفسي". استبدل "أنا ضعيف" بـ "أنا أعلم وأنمو".

3. التجارب الجديدة (New Experiences):

كل تجربة جديدة تعيد تشكيل المسارات العصبية. اخرج من دائرة المألوف: تعرّف إلى أصدقاء جدد، مارس هواية مختلفة، سافر إلى مكان لم تزره من قبل، متعلم وممارس هواية جديدة ..

4. شفاء الصدمات (Healing Trauma):

استخدم تقنيات التنفس العميق، العلاج النفسي، أو الدعم الروحي لتساعد دماغك على تحرير نفسه من اللحظات العالقة في الماضي. الدماغ يعيش في الماضي والمستقبل، لكن الجسد يعيش في الحاضر. بالتنفس العميق والوعي بالجسد، تعود إلى هنا والآن، حيث لا وجود لعدوك الداخلي.

5. الروحية (Spirituality):

الصلاة، التأمل، والتسليم لله يعيد ترتيب الدماغ من جديد. العلم اليوم يثبت أن الصلاة والتأمل يغيران كيمياء الدماغ ويخفضان القلق والاكتئاب.

6. الرحمة مع الذات:

تذكر أن دماغك لا يتأمر عليك عن قصد، بل يحاول حمايتك وفق برمجته القديمة. عامله كطفل خائف يحتاج إلى التوجيه، لا كوحش يجب قتله.

أمثلة ملهمة عن التحرر من العدو الداخلي وتحويله إلى صديقاً:

ليلي: كانت تخاف من التحدث أمام الناس بسبب صدمة قديمة في المدرسة. بعد تدريبات الوعي وإعادة برمجة عقلها، أصبحت مدربة تقف أمام مئات الأشخاص وتلهمهم بمحاضراتها ولقاءاتها

قصة شخصية: في لحظة من حياتي، كنت أشعر أن دماغي يقيدني بخوف من الفشل. لكن بالوعي، الروحية، والدراسة العميقة، حررت نفسي. واليوم أكتب هذه الكلمات شاهداً أن التحرر ممكن إن أعيشه واستمتع بحياتي وتجاربي في ظل نوره.

الدماغ الواعي في الزواج:

أكثر مكان يظهر فيه عدوك الداخلي هو العلاقات. الدماغ يُسقط مخاوف الطفولة على شريك الحياة، فيجعلك ترى فيه الأب القاسي أو الأم الغائبة. الدماغ يريدك أن تدافع عن نفسك، فتدخل في صراعات، بدلاً من أن تعيش الحب الواعي. العلاقات الواعية، التي كترست حياتي لدراساتها وتدريب الآخرين عليها، تبدأ حين تدرك أن شريك ليس عدوك، بل دماغك هو العدو. حين تتحرر من برمجتك القديمة، تستطيع أن ترى الآخر بعيون جديدة، وتبني علاقة قائمة على الحب والوعي بدل الخوف والتكرار.

الدماغ قد يعيدك دائماً إلى شكوك أو مخاوف قديمة. الحل هو إدراك أن شريك ليس نسخة من الماضي.

الدماغ الواعي في المجتمع:

المجتمعات تُبرمج أدمغتنا منذ الصغر: بما يجوز وما لا يجوز، بما هو "نجح" وما هو "فشل"، بما يجب أن تكون عليه حتى نحظى بالقبول. هذه البرمجة تجعل ملايين الناس يعيشون حياة ليست حياتهم، يركضون وراء أحلام ليست أحلامهم، ويُعانون صراعاً داخلياً لا ينتهي. لكن حين تستيقظ إلى وعيك، تبدأ في كسر هذه القيود. تدرك أنك لست مُلزماً أن تُرضي الجميع، أنك لست نسخة من الآخرين، وأنت قادر أن تختار طريقك الخاص.

الدماغ الواعي في التربية:

إذا لم تدرك برمجة دماغك، ستقلها لأولادك. التربية الواعية تبدأ بتحرير نفسك أولاً.

الدماغ الواعي في المال والرزق:

الدماغ البرمجة على "المال قليل" والموارد قليلة والحصول عليها صعب.. هذا النمط الفكري سيجعلك

الصددمات، الكلمات السلبية التي تلقيناها منذ طفولتنا.

• قد تقرر أن تبدأ نظاماً غذائياً، لكن دماغك يذكرك بأن "الأكل آمن" فيفضل النظام.

• قد تقرر أن تدخل في علاقة جديدة، لكن دماغك يقول: "ستسرح كما في الماضي" فتتسحب.

• قد تقرر أن تتجس في عملك، لكن دماغك يردد صوتاً قديماً: "لن تتجس أبداً، فتراجع.

في السنوات الأولى من حياتنا يكون الدماغ شديد المرونة، وكل كلمة أو موقف يُخزّن في أعماقنا كبذرة. مع غياب الوعي الأسري أو التربية الواعية، تتحول هذه البذور إلى برامج عقلية تقود حياتنا لسنوات طويلة.

• الطفل الذي سمع: "أنت غبي، لن تفهم أبداً"، سيتجرعها دماغه إلى حقيقة، ويبدأ لاحقاً بالتصرف على أساسها.. سيكبر وهو مقتنع أنه بلا قيمة.

• طفلة ترى أن حب والديها مشروط بالنجاح.. ستكبر وهي تشعر أن قيمتها مرتبطة بإنجازاتها.

• والطفلة التي شعرت أن حب أهلها مشروط بالطاعة المطلقة، سيصبح دماغها مشغولاً بالخوف من الرفض، حتى وهي في علاقة زوجية بعد ثلاثين عاماً.

• الطفل الذي كبر في بيت مليء بالخوف والعنف أو الصراخ أو الإيذاء، سيبرمج دماغه على رؤية الخطر في كل مكان.. سيكبر وهو يربط الحب بالخوف، والبيت بعدم الأمان.

• إذا عشت تجربة رفض أو إهمال، سيُعيد دماغك إنتاج نفس الشعور في كل علاقة تدخلها.

إن هذه البرمجة اللاواعية هي ما يجعل الدماغ خصماً لا يُستهان به. لأنه يعيدك، كآلة أوتوماتيكية، إلى ما تعلمته في الماضي. وهكذا، قبل أن ندرك، يكون الدماغ قد تحول إلى "عدو داخلي" يكرر على مسامعنا تلك التسجيلات القديمة.

من أهم الدراسات التي أثرت في مسيرتي تلك التي قام بها عالم الأعصاب جوزيف ليدو حول دور اللوزة الدماغية (Amygdala). هذه المنطقة الصغيرة مسؤولة عن استجابة الخوف. وهي تتصرف أحياناً أسرع من العقل الواعي، فتجعلك ترفض أو تغضب أو تتسحب قبل أن تفكر.

لكن ماذا يحدث عندما تصبح اللوزة الدماغية في حالة "إنذار دائم"؟

تصبح حياتك كلها سلسلة من ردود الأفعال الدفاعية:
• بدلاً من أن تُصَب، ستشك.
• بدلاً من أن تُقدم، ستراجع.
• بدلاً من أن تُبدع، ستقلد.
• تفسر أي نظرة على أنها إهانة.
• تفسر أي تأخير من شريك على أنه خيانة.
• تفسر أي مشروع جديد على أنه تهديد.

بهذا الشكل تدخل في دائرة مغلقة: خوف → رد فعل دفاعي → نتائج سلبية → خوف أكبر.

وهنا يتحول الدماغ من درع يحميك إلى عدو يقيدك. وهكذا، يصبح الدماغ بمثابة عدو متخفي: لأنه يجعلك تظن أن ما تعيشه "قدر" أو "حقيقة"، بينما هو مجرد برمجة آلية قديمة تعيد نفسها بلا وعي.

يعمل الدماغ وفق قانون قديم: "ابق حياً مهما كان الثمن". ولهذا فهو يفسر أي جديد على أنه تهديد محتمل. بهذا الشكل يصبح الدماغ سجيناً داخلياً. يضعك في دائرة ضيقة من الأفكار والمخاوف، ويمنعك من التقدم.

• هكذا يقودنا الدماغ من وراء الكواليس.

اليك قصص حية عن عدو داخلي:

• في الزواج: امرأة تعرضت لحياة، فأصبح دماغها يربط كل سلوك غامض بالحياة. فبدلاً من أن تبني علاقة جديدة بثقة، كانت تشك وتراقب، حتى انهارت كل محاولة للارتباط.
• في العمل: رجل خسِر وظيفته بسبب أزمة اقتصادية. سجّل دماغه الدرس: "أنت فاشل". لسنوات رفض أي فرصة جديدة. حتى عندما عرض عليه صديق فرصة مشروع مضمون، تراجع لأنه "خائف من الفشل".

• في التربية: أم عاشت طفولة مليئة بالتوتر سمعت مراراً أن "الأمومة عذاب". كبرت ونقلت نفس الفكرة لأولادها. كانت تتعامل معهم بتوتر دائم، ما جعلهم بدورهم أكثر قلقاً.

• الدماغ ليس قدرًا محتوماً. يمكننا إعادة تربيتة ليصبح صديقاً لا عدواً.

خطوات عملية للتحرر من عدوك الداخلي:

في لحظة صمت عميق، بعيداً عن ضجيج العالم الخارجي، قد تكتشف أن ألد أعدائك ليس شخصاً خارجك، ولا طرفاً من بك، ولا حتى صدمة سبقتك من طفولتك... بل هو شيء يسكن داخلك، يقودك بلا وعي، ويعيدك مراراً إلى نفس الأخطاء ونفس الأم...

ذلك العدو يرافقتنا منذ ولادتنا، يكبر معنا، يراقبنا بصمت، ويتحكم في كل قراراتنا، في مشاعرنا، وفي علاقاتنا. إنه ليس شخصاً ولا حدثاً... بل هو دماغنا نفسه.

نعم... دماغك الذي صُمم ليحميك ويجعلك تنجو من الخطر، قد يتحول إلى سجن خانق يطفئ نور روحك، ويضع حدوداً لطاقتك، ويعطل قدرتك على الحب والحرية والإبداع.

قد يبدو هذا القول صادماً. كيف يمكن لأعدق جهاز خلقه الله، والذي يميز الإنسان عن سائر المخلوقات، أن يكون عدواً؟ كيف يمكن للعقل الذي نُعلِي من شأنه، وبني به حضارات، ونكتشف به أسرار الكون، أن يكون السبب في تعاستنا ومعاناتنا؟

الإجابة تكمن في الفرق بين الدماغ والوعي. الدماغ أداة، جهاز ميكانيكي بيولوجي، بينما الوعي هو الجوهر الروحي المتجاوز، هو "النفس الإلهي" في داخلنا. الدماغ يريد البقاء، بينما الوعي يسعى للنمو والتحرر. وهنا تبدأ الحرب: حرب خفية بين الوعي والدماغ.

العقل.. خادم مخلص أم سيد مستبد؟

منذ آلاف السنين، تحدّث الحكماء والفلاسفة عن الصراع بين العقل والروح. واليوم، أثبتت علوم الأعصاب وعلم النفس الحديث ما أدركته الروحية القديمة: أن الدماغ ليس دائماً في صفنا.

أليس الدماغ هو مركز التفكير والإبداع؟ أليس هو الذي ميزنا الله به عن باقي المخلوقات؟ نعم، هو كذلك. لكن الدماغ صُمم أساساً ليحافظ على حياتك، لا ليقودك نحو السعادة أو الحرية. هو أداة للبقاء، وليس أداة للنمو.

الدماغ مصمّم للبقاء، لا للسعادة. وظيفته الأولى أن يحميك من الخطر، فيفسر كل حدث على أنه تهديد محتمل. ولهذا السبب يعيدك دائماً إلى منطقة الراحة حتى لو كانت مؤلمة.

وهنا تكمن المعضلة: إذا لم نتعامل مع الدماغ بوعي، فإنه يتحول من خادم مخلص إلى سيد متسلط، من حارس أمين إلى سجان قاس.

ان الدماغ يعمل بثلاث استراتيجيات أساسية:

1. الخوف المستمر:

الدماغ يفسر أي جديد أو مجهول كتهديد محتمل. يريدك أن تبقى في منطقة الأمان والراحة، حتى لو كانت منطقة مليئة بالألم والمعاناة، لكنه يفضلها على المجهول. وهكذا يقف الدماغ ضد أحلامك، ضد تغيير حياتك، ضد خطواتك نحو الحرية.

2. التكرار وإعادة الماضي:

الدماغ يكره المجهول، لذلك يعيد إنتاج ما يعرفه: نفس العلاقات، نفس أنماط التفكير، نفس ردود الأفعال. إنه أسير للعادة. ولذلك ترى أشخاصاً يعيشون نفس المشاكل لعشرات السنين، لأن الدماغ يرفض التغيير.

3. الهوية الزائفة EGO:

الدماغ بطبيعتة جهاز أرشفة وتخزين، يُسجّل منذ لحظة ولادتك كل تجربة، كل موقف، كل كلمة سمعتها، وكل نظرة شعرت بها. بمرور السنوات، يبني لك صورة عن "من أنت" استناداً إلى هذه الذاكرة المتراكمة. لكن الخطر يكمن هنا: هذه الهوية ليست أنت، بل مجرد انعكاس لقصص الماضي وصدوماته. الدماغ يربطك بماضيك، يجروحك، بأرائك، بمخاوفك، ويقنعك أن "هذا أنت". في حين أن حقيقتك أوسع بكثير من هذه الهوية الصغيرة.

ال Ego أو "الهوية الزائفة" هو الصوت الداخلي الذي يهيم في أذنك باستمرار:

"أنت لست كافياً" .. "يجب أن تثبت نفسك" .. "الناس يرفضونك" .. "تجاراتك الماضية أو إخفاقاتك هي ما يعقد قيمتك".

أمثلة:

• تعرضت للرفض في طفولتك؟ سيذكرك دماغك في كل علاقة جديدة أن "أنت غير كاف".

• مررت بصدمة خسارة؟ سيحاول دماغك أن يمنعك من التعلق مجدداً كي لا تتألم.

• سمعت كلمة جارحة من والديك؟ سيعيد دماغك تسجيلها داخلك كأنها الحقيقة المطلقة عنك.

وهكذا، يصبح الدماغ العدو الخفي... لأنه يقود حياتك من خلال برامج قديمة لا تمت للواقع الحالي بصلة.

من خلال دراستي في المشورة الزوجية، علم النفس وعلم الأعصاب، والبرمجة اللغوية العصبية وعلم النفس الجسدي (Psycho-somatics)، ومن خلال خبرتي الطويلة في الوعي والعلاقات، أدركت أن الدماغ في الطفولة يشبه أرضاً خصبة تُزرع فيها الكلمات والمواقف كأنها بذور. ومع غياب الوعي، يكبر الإنسان وهو أسير هذه البذور دون أن يعرف.

أن أكثر من 90% من سلوكياتنا لا تأتي من قرارات واعية، بل من العقل اللاوعي: ذلك المخزن الضخم في الدماغ الذي يحتفظ بكل التجارب، الجروح،

شريف للهجرة



ترجم - تصديق كل المستندات - الجنسية ومشاكلها - كاتب عدل
لم الشمل - اللجوء - التعامل مع السفارات - رخص القيادة الدولية

714-491-0748
www.immigrationland.net

استخراج جواز السفر الأمريكي في يوم واحد
الولادة في أمريكا
المساعدة في تقديم الكفالة المالية
لم الشمل ومشاكله

For Emergency: **714-924-6286**

Email: immigration_center@hotmail.com

1811 W.Katella# 211, Anaheim, CA 92804

VIBEUP
EVENTS ORGANIZER
**WE CREATE EXPERIENCES
THAT BRING PEOPLE CLOSER**

- Premier Concerts & Live Shows in California
- International Singers, DJs & Entertainers
- Stage, Lighting & LED Visuals
- World-Class Sound & Special Effects

+1 (949) 247-9309 +1 (917) 818-7850

Follow us: @VIBEUP

With VIBEUP... Your Event
Becomes THE Experience!

A Transformative journey towards self-
discovery, empowerment, and holistic well-
being

Silvana Mikhail
Marriage & Family Counselor

**Empower Your
Journey, Embrace
Your Potential**

- Relationships & Marriage
- Parenting Support
- Self-Awareness
- Stress and Anger Management
- Behavioral Transformation

BOOK NOW

+1347-851-0222

SilvanaMikhailEvolve

@Silvana_Mikhail

WWW.SilvanaMikhail.Com



MIRMANO
Skin Care Oil
زيت ميرمانو للعناية بالبشرة

- يوحد اللون
- يزيل آثار الحبوب
- يغذي الجلد بعمق



MIRMANO

لو عاوزه بشرة صافية ونضرة خالية من
العيوب وناعمة زي بشرة الأطفال
يبقى زيت ميرمانو
طبيعي 100% مكون من أجود وأنقى الزيوت



Contact us

www.mirmano-oils.com

Mirmano oils

مؤسسة جيني للهجرة والضمان الإجتماعي

إخدم والدك أو والدتك وأحصل على \$3400 شهرياً

الإسم الأكثر ثقة لدى الجالية العربية

في معاملات الهجرة والجنسية

مركز متكامل لإدارة الهجرة والجنسية

أفضل الطرق أماناً للنجاح

بإمتحان الجنسية الأمريكية



تيسر سارة للجالية العربية أينما كنتم في أمريكا

أحصل على الجنسية الأمريكية
بدون إمتحان

خدمات الضمان الإجتماعي

راتب العجز وعدم القدرة علي العمل SSI- SSA
المعونات الصحية Medi-Cal
الإجور المدفوعة لأفراد العائلة للإعتناء بذويهم
سماع الدعاوى والإستئناف بقضايا الجنسية
يمكن زيادة المساعدات المالية التي تحصلون عليها
أحصل على الحد الأعلى من المعاش الشهري وهو \$930

خدمات الهجرة

الإقامة عن طريق العمل أو الأقارب أو الزواج
الحصول على تراخيص العمل وتجديدها
تجديد تأشيرات الدخول
إستخراج وثائق السفر
طلبات رفع القيود عن طلبات الإقامة
الحصول على الإقامة بطريق القرعة العشوائية

يمكنك الإستفادة من تقديم إمتحان الجنسية الأمريكية باللغة العربية
إذا كنت فوق 55 عاماً، وتحمل الجرين كارت منذ 15 عاماً
أو إذا كان عمرك 50 عاماً أو أكثر وتحمل الجرين كارت منذ 20 عاماً

خدماتنا تشمل أيضاً

Notary & Live scan Fingerprint Services

ترجمة وتصديق الوكالات - كاتب عدل - بصمات الأصابع

الشحن - صور جوازات السفر

Tel:(818) 242-8196

Fax:(818) 2393197

1436 W . Glenoaks Blvd., Glendale, CA 91201

25TH ANNIVERSARY

اليوبيل الفضي 25 سنة

الحفل الخاص لموسيقار الأجيال

الفنان العظيم الأستاذ / محمد عبد الوهاب

بمناسبة اليوبيل الفضي للأوركسترا

MESTO

MULTI ETHNIC STAR ORCHESTRA

الأوركسترا العالمية ميستو

THE GRAND CONCERT

الكونسيرت الإحتفالي الكبير

MAESTRO DR. NABIL AZZAM

المايسترو د. نبيل عزام



الى الأيخ أفضانه نبيل عزام
ذكره برفقة سعيدة ومفيدة إذ أنه
تعرّفته على فنان عربي يشرفه اللغة العربية في
أمريكا والعالم فلتعرف
مع تمنياتي له بالتوفيق
محمد عبد الوهاب
1983



محمد عبد الوهاب

برنامج منوعات أغاني ومعزوفات
A UNIQUE PROGRAM



EDDIE ESHA

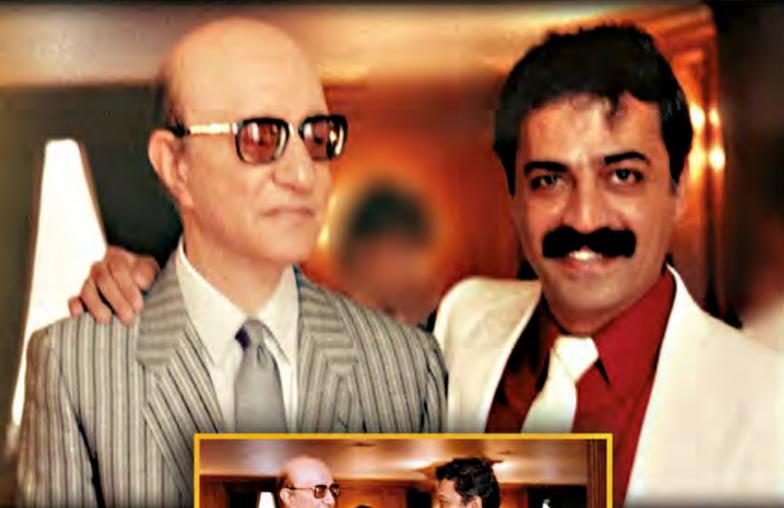
إيدي إيشا

الصوت العربي المذهل

SUZANNA GUZMAN

سوزانا جوزمان

مغنية الأوبرا العالمية



THE BROAD STAGE, SANTA MONICA, CA

SUNDAY SEPTEMBER 14, 2025 AT 7:00 PM

1310 11TH STREET, SANTA MONICA CA 90401

الأحد 14 سبتمبر 2025 الساعة 7:00

تُفتح الأبواب الساعة 6:00 مساءً DOORS OPEN AT 6:00 PM

Sponsored by



Arab Center Washington DC
المركز العربي واشنطن دي سي

WWW.MESTO.ORG

